借經問心10

論語之鄉黨篇



序言

借著聖典當銅鏡　經論古訓啟智明
問君修道為何事　心靈淨化歸本性

有人告訴我，萬物都是大道所生，身為萬物之靈長的人類亦不例外。人人本具有一顆善良的佛心，這是上天的傑作，也是我們寶貴的財富，其中充滿了智慧，可以讓我們施展無窮的能力，在這娑婆的五濁世界中，歷練出優良的成績，順利通過千錘百鍊的世事考驗，返回清靜無為的至善地。然而在這嚴峻的磨練考驗中，許多受到塵世名利情愛的誘惑，沉迷於虛情假景，造成了許多靈性在苦海流浪，為了喚回沉淪於紅塵的靈兒，上天派遣許多靈性的導師來到人間，示現苦海流浪記，創造浪子回頭金不換的故事，留下許多膾炙人口的智慧經

典，引導我們回歸清淨的涅槃地，這就是大道根本的無極地。歷來五教聖人及諸聖仙佛，都是在扮演著度化眾生，脫離苦海的角色，讓我們在苦海中有慈航引渡，感恩上天暨諸聖仙佛的慈悲，讓我們在黑暗中有明燈指引，讓修士能藉機點燃心燈，開啟久被蒙蔽的智慧。

聖佛仙真所著述的無數經典，無一不是為眾生的靈性淨化而撰述，深恐世人沉迷日久，為慾望所蒙蔽，未能看清楚人間的陷阱，視名利財貨為重，卻忽視最重要的本性，因而長時來沉迷於六道輪迴，難以覺醒。上天本是要借重凡塵假相，用以磨練身心靈，找回本有的真性。然許多的靈性卻因此而產生無明，甚至以聖佛的聖典做為經營名利的工具，實有違反上天派遣聖佛降世的本意，不能使靈性上升，反而沉淪墮落。修道的重點在修心，修心之要在淨心，心性淨空，佛性無遮，自然明理，如果只停留在學問的論述，為名為利為情所困惑，實是可惜。

如今有幸能有機會接觸聖典，受到諸聖仙佛的教化，深深感觸修

道必先依據聖典的指示，不斷借經以反問己心，我們與聖佛的差別在何處？明理實修，親證本性乃是重要的方法。研究經典，除了首要會念、會解之外，尚須融入於心，應用於生活中，使能達於圓滿的境界，才能把聖經的知識轉化成智慧。因而將此一系列命名為《借經問心》，首先從儒家經書的《論語》開始，探討至聖先師孔夫子以及相關的人士，如何在生活中帶領我們找到心中的本性。《論語》共有二十篇，將分為二十冊來探究，其重點在於借文中所載之道以明心，在生活的每一細節中，體會到本性與大自然生活的關係，使能在生活的當下，認明本心，悟得本性。期待有緣人能共襄盛舉。道本在日常生活中，可以借經典、經驗問問自己的心，找回自己的本性，從明心見性悟後起修而回歸本位，才不至於浪費此生遺憾終身。本冊是《借經問心》系列，《論語》第十篇《鄉黨篇》的心得。

今年已是辛丑年，全球受到疫情的影響，各方面呈現失序的現象，卻是給有志修道者提供一個良好的機會。上年庚子年，是為陽

年，許多災難還可以明顯了知，可以事先預防；辛丑年為陰年，許多災難都是突如其來而難以想像，象徵著人心的多變，造成疫情病株的多變。修行重要的關鍵，是在修心，心為萬法之源，一切災難的起源，無不從心開始，如今的瘟疫，其實就是人心沒能淨化的問題，修心就在平時的生活中，《鄉黨篇》正是談論日常生活的點滴。此年上天給我們許多自我磨練成長淨化心性的機會，只要精進努力，將給自己找回清靜的心性，但願共同攜手努力，互相提醒，把握時機，認理學修。感恩韋憲前賢撥冗校對，同時也感恩十方大德出資付梓，讓此書能與眾人見面，更感恩諸聖仙佛的神佑啟示。祈求上天，願大家諸事圓滿。

後學　癡翁敬序

西元二〇二一年八月二十二日（民國110年歲次辛丑7月15日）於勤學齋

目錄

序言 …… 2
引言 …… 8
01 似不能言者 …… 12
02 朝廷便便言 …… 16
03 與下大夫言 …… 20
04 與上大夫言 …… 24
05 君在踧踖也 …… 28
06 使擯色勃也 …… 32
07 前後襜如也 …… 36
08 趨進翼如也 …… 40
09 入公門鞠躬 …… 44
10 不站立中門 …… 48
11 其言似不足 …… 52
12 屏氣似不息 …… 56
13 顏色怡怡也 …… 60
14 趨進翼如也 …… 64
15 鞠躬如不勝 …… 68
16 踧踧如有循 …… 72
17 享禮有容色 …… 76
18 不以紺緅飾 …… 80
19 必表而出之 …… 84
20 黑衣配黑裘 …… 88
21 皮衣長短袖 …… 92
22 長一身有半 …… 96
23 厚狐貉以居 …… 100

24 非帷裳必殺 …… 104
25 黑裘冠不弔 …… 108
26 必朝服而朝 …… 112
27 齊必有明衣 …… 116
28 齋戒必變食 …… 120
29 食物不厭精 …… 124
30 色惡臭不食 …… 128
31 割不正不食 …… 132
32 不使勝食氣 …… 136
33 酒無量不亂 …… 140
34 市脯酒不食 …… 144
35 出三日不食 …… 148
36 食寢不言語 …… 152
37 席不正不坐 …… 156
38 朝服立於階 …… 160
39 再拜而送之 …… 164
40 廄焚不問馬 …… 168
41 必正席先嘗 …… 172
42 加朝服拖紳 …… 176
43 入廟每事問 …… 180
44 朋友死無歸 …… 184
45 非祭肉不拜 …… 188
46 表情不嚴肅 …… 192
47 雖褻必以貌 …… 196
48 必變色而作 …… 200
49 車中不內顧 …… 204
50 飛翔而後集 …… 208

引言

鄉黨之篇話家常　生活之中茫忙盲

修道修心淨心靈　大自然中皆道場

我們的生活中充滿了大道的真理，卻很少人能覺察出來，唯有聖人出世，觀照內心悟出真理，於是開始解讀萬物的真諦。每每在日常生活的待人接物，能夠隨順因緣，自然而然地將萬事萬物萬象的真相說明，並且適度的應用在生活中，成為我們學習的典範，此一《鄉黨篇》正是敘述孔夫子平日裡的言行舉止，以及待人處世的紀錄，無不在倡導古禮，以喚醒世人的本性。只要我們能夠細心深入探究，不難看出聖佛階位的三千威儀八萬細行，無不在此中顯現，我們必須發揮聞一知十的功能，舉一隅必要能三隅反，才能有觸類旁通的功效，這也是這篇引導我們回歸本性的方法。

首章「孔子於鄉黨，恂恂如也，似不能言者。」是敘述孔夫子平時在鄉里的生活態度。接著「其在宗廟朝廷，便便言，唯謹爾。」至「執圭，鞠躬如也，如不勝。上如揖，下如授，勃如戰色，足蹜蹜如有循。享禮，有容色，私覿，愉愉如也。」是敘述孔夫子上朝及執行公務的態度。「君子不以紺緅飾，紅紫不以為褻服。當暑，袗絺綌，必表而出之。緇衣羔裘，素衣麑裘，黃衣狐裘。褻裘長，短右袂。必有寢衣，長一身有半。狐貉之厚以居。去喪，無所不配。非帷裳，必殺之。黑裘玄冠，不以弔。吉月，必朝服而朝。」、「齊，必有明衣，布。齊必變食，居必遷坐。」是敘述孔夫子對穿著禮儀的講究，因不同環境而有不同的穿法。「食不厭精，膾不厭細。食饐而餲，魚餒而肉敗，不食；色惡，不食；臭惡，不食；失飪，不食；不時，不食；割不正，不食；不得其醬，不食。肉雖多，不使勝食氣。

唯酒無量，不及亂。沽酒，市脯，不食；不撤薑食，不多食。祭於公，不宿肉。祭肉，不出三日，出三日，不食之矣。食不語，寢不言。雖疏食菜羹，瓜祭，必齊如也。」是敘述孔夫子對於食品的講究與處理方法。「席不正，不坐。」、「鄉人飲酒，杖者出，斯出矣。鄉人儺，朝服而立於阼階。」是敘述孔夫子飲酒、坐席的禮儀。「問人於他邦，再拜而送之。康子饋藥，拜而受之，曰：『丘未達，不敢嘗。』」是敘述孔夫子拜託人處事，以及接受贈藥的態度。「廄焚，子退朝，曰：『傷人乎？』不問馬。」是敘述孔夫子關心火災的態度。「君賜食，必正席先嘗之。君賜腥，必熟而薦之；君賜生，必畜之。侍食於君，君祭，先飯。疾，君視之，東首，加朝服拖紳。君命召，不俟駕行矣。」是敘述孔夫子，受到君賜、君召，以及君王探病的禮儀和態度。「入大廟，每事問。」是敘述孔夫子對禮制的謹慎態

度。「朋友死，無所歸，曰：『於我殯。』朋友之饋，雖車馬，非祭肉，不拜。」是敘述孔夫子對朋友死亡及餽贈的態度。「寢不尸，居不容。見齊衰者，雖狎必變。見冕者與瞽者，雖褻必以貌。凶服者式之，式負版者。有盛饌，必變色而作。迅雷風烈，必變。」、「升車，必正立，執綏。車中不內顧，不疾言，不親指。」是孔夫子在平時遇到的情況或乘車時所表現的態度。「色斯舉矣，翔而後集。曰：『山梁雌雉，時哉！時哉！』子路共之，三嗅而作。」是藉此敘述孔夫子處世的灑脫態度。接著我們來一一探討此篇的內容。

01 似不能言者

【原文】孔子於鄉黨，恂恂如也，似不能言者。

孔子平時在於鄉黨　態度溫和令人讚賞
謙恭有禮似不能言　如此威儀實在高尚

孔夫子平時在鄉里，態度非常溫和謙恭有禮，而且謹慎好似不會說話的人。恂恂，讀巡巡，溫和謙恭的樣子。

真理大道充滿人間，凡人日用而不知，聖人徹知以教化萬民，世人如能遵照聖賢的教化，依照中道行事，必然可以締造幸福的家庭，營造和諧的社會，以及安和樂利的國家。然而國家社會家庭的組成，是缺少不了人，《大學》說：「自古以來想要使天下人都能明白本性，先要從治國開始；想要治理好國家，必須先做好齊家之道；

想要做好齊家之道，就要人人先將己身修好；想要將己身修好，就必須先端正心念；想要端正心念，就必須先從誠意著手；想要誠意，就必須先開啟本具的智慧；想要開啟本具的智慧，就要在革除心物上著手。」革除心物，就是修心淨心的功夫，自古以來聖佛神仙，無不在此心下功夫，因此心是萬法之源。換句話說，不修此心，則聖佛神仙之路將斷絕。孔夫子成就至聖之道，亦是在此心上。其修心的重點，也是在平時的生活上下功夫，待人處事能夠溫和謙恭有禮，即是文中所說「孔子於鄉黨，恂恂如也」。古代中國以一萬二千五百家為鄉，五百家為黨，所以鄉黨是指人民所居住的鄉里。「恂」是心誠實的樣子，具體的說「恂恂」是內誠信而外謙恭的實踐。這是孔夫子的示現，足以為我們學習的表率。

「謹言慎行」對於一個人的品德修養，是非常重要的，因而孔夫子在平時的生活中，與人相處，不隨便說話，以免於誤導他人或者造下不善的口業。因此他的言行舉止，除了「恂恂如也」的謙恭有禮之

外，還能做到「似不能言者」，這正是「智者不言，言者不智」的表徵。這一點在修道的過程中，是不容易做到的。說話要能恰到好處，才能稱為說好話。孔夫子曾在《論語‧季氏篇》說：「陪侍在君子身邊，容易犯三種過失：不等說話的時間，就搶先說話，稱為急躁；該說話時，卻不說話，稱為隱匿；沒有察言觀色，就隨便說話，稱為瞎說。」孔夫子窮一生之力，在平時生活中，無論與誰接觸，都能反觀自照，體悟出人生的道理，以此來從事政教，寓教於政，以政宣教，期使人人能喚回本性，行於正道，自可使政治清明，百姓安居樂業。是以領導者當要自修其身，以身作則以為百姓的模範。

先賢說：「神仙本是凡人做，只怕凡人心不堅。」孟夫子在《孟子‧滕文公上篇》舉顏淵所說：「舜何人也？予何人也？有為者亦若是。」無不在鼓勵世人，只要肯努力修行，淨化自己的心性，回歸本位，每個人都有機會成聖成佛。古佛有《人生歷練》好文一篇，可供我們修道的參考：

在挫折之中不忘上進，在失敗之中不忘堅強；
在窮困之中不忘行持，在艱難之中不忘了愿；
在苦惱之中不忘歡樂，在分歧之中不忘統一；
在造罪之中不忘懺悔，在犯過之中不忘自新；
在獲得之中不忘施捨，在嫌隙之中不忘慈悲；
在逆境之中不忘樂觀，在捨難之中不忘犧牲；
在私我之中不忘大體，在成就之中不忘報恩；
在怨憎之中不忘關愛，在疑慮之中不忘信心；
在嫉妒之中不忘讚美，在爭執之中不忘謙讓；
在散亂之中不忘清靜，在貪著之中不忘布施；
在情慾之中不忘理智，在譭謗之中不忘忍辱；
在污辱之中不忘寬恕。

02 朝廷便便言

【原文】其在宗廟朝廷，便便言，唯謹爾。

孔子上朝處理事情　分辨事理思路清明
唯獨言行非常謹慎　心平氣和心神安寧

孔夫子當在宗廟朝廷處理事情時，卻能明辨事理，說得頭頭是道，唯獨言行非常謹慎，不敢隨便說話。便便，讀駢駢，明辨事理的意思。

人人的本性原本都是佛，只因願力、業力不同，來到人間，各自完了願業，自然可淨化心性，回歸上天的本位。來到人間之後，本是要完結願業，淨化心性以回天為主要目標，豈知對於五花十色的人間產生眷戀，對於名利情的糾纏，沒有智慧以為解脫，於是沉淪於茫茫

苦海的輪迴中，難以出離。靈母心繫靈子，時至末劫，不知回理天之家，傷心至極，於是遣下聖佛先知，下到凡間，以各種不同的方式，分期分地度回有緣之人。孔夫子亦是應運而生，扮演推廣儒學以人倫道德教化世人，希望藉此找回自己清靜的本性以回天。「儒」字，乃人與需的組合，說是人倫道德是世人所必須具有的，能圓滿人道者，才能成就天道以回天。

「佛」字，人與弗的結合，能圓滿人道，才得以進入天道而逍遙於無遠弗屆。佛菩薩也常以各種不同的身分來度化有緣人，《妙法蓮華經・觀世音菩薩普門品》載：「佛告無盡意菩薩：善男子！若有國土眾生，應以佛身得度者，觀世音菩薩即現佛身而為說法；應以辟支佛身得度者，即現辟支佛身而為說法；應以聲聞身得度者，即現聲聞身而為說法；應以梵王身得度者，即現梵王身而為說法；應以帝釋身得度者，即現帝釋身而為說法；應以自在天身得度者，即現自在天身而為說法；應以大自在天身得度者，即現大自在天身而為說法；應

以天大將軍身得度者，即現天大將軍身而為說法；應以毗沙門身得度者，即現毗沙門身而為說法；應以小王身得度者，即現小王身而為說法；應以長者身得度者，即現長者身而為說法；應以居士身得度者，即現居士身而為說法；應以宰官身得度者，即現宰官身而為說法；應以婆羅門身得度者，即現婆羅門身而為說法；應以比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷身得度者，即現比丘、比丘尼、優婆塞、優婆夷身而為說法；應以長者、居士、宰官、婆羅門婦女身得度者，即現婦女身而為說法；應以童男、童女身得度者，即現童男、童女身而為說法；應以天龍、夜叉、乾闥婆、阿修羅、迦樓羅、緊那羅、摩睺羅伽、人非人等身得度者，即皆現之而為說法；應以執金剛神得度者，即現執金剛神而為說法。無盡意，是觀世音菩薩成就如是功德，以種種形遊諸國土，度脫眾生。」

孔夫子現儒者之身，以教化當時的有緣人，當然要在平時的生活中，工作的崗位上去推展儒家的教化。因而在朝廷任事時，該說則

說該做則做，一點也不馬虎；不該說就不說不該做就不做，一點也不越分，誠守儒家中庸之道的精神，因而在此以「其在宗廟朝廷，便便言，唯謹爾」敘述其作為。

生活即是道場，要能在工作中，無論居家或出外任事，無論是在公家或在私人任職，都要藉境以修身心靈。古德有《貪瞋癡三毒》可為修士之戒：

貪即是要戒除一切貪求無厭、貪婪之心；
瞋即是要戒除憤怒、暴躁、嫉妒、憤恨之心；
癡即是要戒除癡心邪見、空思妄想、胡亂不實的心。
人生有癡則有貪，有貪則有瞋，故此三毒要全部消滅，
才不會藕斷絲連，難以盡淨。
此三毒是眾生一切煩惱的根源，
亦是眾生在累劫、累世裡犯下罪業、因果之源頭，所以必要修除。

03 與下大夫言

【原文】朝，與下大夫言，侃侃如也。

孔子上朝同事言談　與下大夫言侃侃然
心情和樂態度謙卑　威儀風範同事共瞻

孔夫子在上朝時，與下大夫等級的同事說話，總是保持和樂的心情。

在生活中，與人相處之道，是一門非常重要的學問。相信每一個人都想擁有一個如意的人生，能過著安和樂利的生活。然而這些都不是唾手可得，必須要經過一段人生的歷練，才能夠從中體悟出來，淬鍊出精彩的人生。古時社會都認為「萬般皆下品，唯有讀書高」，因而社會上的職業有士農工商的排列，許多讀書人十年寒窗苦，只是為

了一舉成名天下知。當中榜成名之後，正式派官任職為民服務，從此或為人民父母官，或為掌理重要事務的人員。但最重要的是，能否真心為國家為領導效命，為百姓謀福利，才是最重要的關鍵。然而一個國家所關係到的事物，非常眾多又繁雜，因而必須要分成許多部門去分工，最後還要能順利圓滿的結合，國家才會富強，百姓才能安樂。

此身擔任國家的公職人員，當要知道自己所處的地位，與自己所擔任工作的重要性，如同一部機器的小螺絲，雖不起眼，但都很重要，都會產生牽一髮而動全身的效應。因此每個人除了認真做好自己本分的工作之外，對於上下左右同事之間的協調與聯繫，都要顧慮周到。因而對於上下及同級的同事，在平時要保持良好的關係，互相要能互助合作，產生良好的默契，處理事情自然可以得心應手，行政效率自然良好，國家的機器健全，百姓的生活自然受益。孔夫子在此篇表達在工作場所，與同事之間的關係，如文中所載「朝，與下大夫言，侃侃如也。」所謂「侃侃如也」，指與下大夫等同事之間的談

話，都能侃侃而談，心中沒有顧慮與猜忌，這乃表示同事之間的感情良好，能取得同事間的信任。當時孔夫子任職司寇，為下大夫。

好的心境產生好的言行舉止，就會有好的修養與品德，但如此優良的品質，並非一蹴可得。雖然人人皆具優良的本性，由於累世的業力覆蓋，執著妄想煩惱的影響，使得良好的本性無法發揮其功能，來到人間就是要去除這些紅塵的污染，才得以找回本性，回歸本位。人間就成為磨練心性的地方，成就聖佛仙真的轉化所、改良場。孔夫子與同事能侃侃而談，看似不起眼的小事，卻是經過從小家教與出外工作磨練而來。孔夫子曾在《論語‧子罕篇》說：「吾少也賤，故多能鄙事。」敘述小時候的困境，在當中了解人間疾苦，學習到了為人子弟，當懂得「入則孝，出則弟，謹而信，汎愛眾而親仁，行有餘力則以學文」的道理，並加以實踐。對於一般人來說，未能經歷與體會的事情，這些都可稱為鄙事，但對於身歷其境的人，卻能感同身受，從中體會出做人做事的道理，成為進入社會與人相處的重要因素。也

因此能夠謹言慎行，在生活中的點點滴滴，培養美好的品德，在《論語・為政篇》孔夫子說：「吾十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲不踰矩。」這種成就是自己努力淬鍊而來，除了有如此的環境磨練之外，也要有恆心與毅力，才能開啟本性的智慧。

佛家說：「逆為增上緣。」來到人間接受諸多逆境的磨練，其實對於找回本性是有重大的意義，明理的修士當知道如何去善用，借著人生的磨練，去除累世所覆蓋的塵污，找回本性。古賢有一篇《天理良心》，有助於修行：

這一家之主，如果不能做主這個家庭，你會不混亂嗎？

我們的主人，我們的天理良心，面對這麼多的雜念。

這些雜念如果不能干擾你，你就成功了，對否？做得到嗎？

很簡單，自己的主人要做主，要安定好，

你就不怕許許多多的「雜念叢生」了。

04 與上大夫言

【原文】與上大夫言，誾誾如也。

孔老夫子每當上朝　長官對答和樂容貌
秉著誠實直言勸諫　知所進退避開爭吵

孔夫子在朝中，與上大夫等級的長官對話，總是保持和悅直言的態度。

社會的秩序是靠大家來維持，雖然本性沒有分別，那是在無形世界的平等觀，一旦來到人間，在有形的世界裡，就必須善用中庸之道，各就自己的崗位做好自己的工作，如此分工合作，互相尊重，才得以組合成一個祥和的社會。如同一團樂隊，各自吹奏不同的樂器，如果不能尊重總指揮而各吹各器，縱使是一群吹奏的高手在一起，也

不可能吹出美妙的樂曲。一群能力高強的人在同一單位，如果只顧表現自己的能力，而無視於他人的存在，恐怕這個團體只會亂成一團，不能展現出亮麗的成績。長官部屬的相處，上級要能以愛心照顧下級，下級要以誠心尊重上級，這個團體就能和樂融融，蒸蒸日上。猶如一個家庭，父母對小孩要慈愛，小孩對父母要孝順，家庭自然和諧，家道必然興盛。

孔夫子在此章示現與上級相處之道，要懂得尊重而不諂媚，要能直爽而不犯上，不能功高以震主，當知歸功於上級，如此當能上下一團和氣，所以說：「與上大夫言，誾誾如也。」當時的上大夫是指司徒（管行政）、司馬（管軍事）、司空（管建設）等三卿，官位在孔夫子所擔任的司寇（管司法）之上。所謂的「誾」，讀銀，乃是以和悅的容貌，剛柔適中的態度，向人提出諫言，含有不亢不卑的精神，這乃是以公而忘私的能者，才能夠做得到的行為，一切以公益為著眼點，不為私人的利害為考量，所以能夠「誾誾如也」，表現出中道行

事的態度。

今世有緣能成為同事，那是幾輩子修來的因緣，因而要善加珍惜，如果在工作上有所爭執，或者處理的方法不同，當要平心靜氣就事論事互相探究，絕對不可意氣用事，自以為是，剛愎自用，更不能以鄙視的口氣去攻擊他人，這不但於事無補，更會造成嚴重的衝突，將事情越搞越糟糕，這是非常要不得的行為。尤其對於上級或者長輩，絕對不能以輕視誣蔑的口氣批評，造成他人的不舒服，說不定給自己埋下禍根。所以與上級建議或討論事情時，要對事不對人，如果意見不同而有所爭執，不可以硬要對方屈服，當要即時停止，等到大家恢復理智再繼續討論，避免意氣用事而將事情搞砸。因此在工作中，要求穩重而有效，不可為了急成，貪圖利益或方便而埋下禍根。必須磨練自己遇事不動怒不生氣，如此才會有智慧圓滿解決事情。孔夫子在《論語・子路篇》對子夏問政時說：「做事不可要求速成，不可只顧小利。想要快速完事就不容易達成目標，只顧小利，那大事就

不能成就。」身為下級在給上級獻策，必須要「誾誾如也」，才能獲得好結果。

在道場有緣成為同修，必須為完成道業而努力，不管在那個道場，擔任什麼天職，都是為淨化心性回歸本位而為，把修道變成人生最快樂的事情。古聖有《和樂融融》一篇，可供修道士參考：

你們成為一家人，有不同的信仰，那是因為你們的根器不一樣，
各有所屬的教主，那麼你也要鼓勵對方去修持，
將來才能跟有緣的諸佛菩薩，接續這一段因緣。
不可以因為信仰不同，常常在家裡起爭執，那就不叫修了。
而且每一個人的根器，累劫來的修養，結的緣都不一樣。
你們修了十世，人家修了三世，你們跟上的佛祖當然不一樣。
但你們依然要鼓勵對方，好好盡心修持，
將來才能接續這一段更圓滿的佛緣，
所以各有所屬，也不要互相排斥，那麼家庭才會和樂融融。

05 君在踧踖也

【原文】君在，踧踖如也，與與如也。

國君上朝夫子誠敬　恭順有禮謹言慎行
面對君王不敢放肆　從容不迫心平氣定

當國君上朝的時候，孔夫子的神情總顯得恭敬而不放肆，態度卻是從容不迫。踧踖，讀促及，外表恭敬而內心敬畏的樣子。與與，從容不迫的樣子。

國君統領整個國家，日理萬機，如果以一人來治理，實在難以處理一國眾多的事情，是以要設立各種不同的單位，分工合作。因而領導統御成為治國重要的關鍵，國君當善選人才，善用其專長，使臣工能盡心盡力為國為民服務，毫無後顧之憂，然後才願意肝腦塗地為國

為君為民付出。因而國君要能自持莊重，以德以能勤政愛民，必須要有如孟夫子在《孟子・盡心下篇》所說：「民為貴，社稷次之，君為輕。」的認知，自然就不敢懈怠而勤於政事。如能以身作則，臣屬自然順從而敬畏，國家整體必然能在君王的帶動下，和樂融融，政治上軌道，使得國泰民安。孔夫子對於治理國家任職於官場，有非常健全的概念，因而在上朝面對君王時，態度必然是非常恭敬而不敢有稍許的放肆，這是對君王的尊重；言行從容不迫而莊嚴肅穆，這是對工作的專業。如此才能將自己的腳色擺在正確的位置，發揮良好的功能。

自從聖王之治在人間消失之後，接著就是霸王的政治，此時已不再是禮治的時代，君王為了一己之私，不惜使出控制的手段，不但不為人民謀福利，還利用官場的制度侵害百姓的權益。臣工淪為搜刮民脂民膏的工具。君王利用各種制度來劫取利益，於是結黨營私官商勾結，並嚴格控制下屬，凡是不聽話者，都以各種方式排除於體制之外，使得君子不得參與政事，小人卻充斥官場，造成民不聊生。只要

稍有不如意，君王便使出生殺予奪的手段，以鞏固政權，是以說「伴君如伴虎」，這在聖王之治，開明的國度，明理的君王是不可能出現的。

孔夫子生於春秋末年，列國爭強，國君多為私利打算，因而在當時的情勢任職於官場上，是必須要有相當的智慧，才能展現德能，在各種變化的環境中走出自己的風格，否則不是失意於官場，就是喪命於官場。能如孔夫子能在官場上大公無私的奉獻，對於當時的政治能提出有效益的方法，對於當時建議君王施政頗有影響力，是以在《中庸》回答魯哀公問政時說：「治理天下國家有九個重要的法則，就是：修養自身、尊崇賢人、親近親人、敬重大臣、體恤群臣、招納百工、善待遠客、安撫諸侯。能修養自身，就能確立正道；能尊崇賢人，就沒有困惑；能親近親人，就不會招惹叔伯兄弟的怨恨；能敬重大臣，就不會遇事無所措手；能體恤群臣，士人們就會盡力報效；能愛民如子，百姓就能順從；能招納各種工匠，財物就會充足；能善待

遠客，四方的人民就會歸順；能安撫諸侯，天下的人都會敬畏。」正是孔夫子上朝，面對君王的表現。

人間是道場，這道場非常廣闊，必須用心去經營，才得以發揮靈活應用的能力，在生活中展現智慧活力，在面對各種情況的處理，才會有條不紊，理路分明做出亮麗的成績。這個成績是用心營造出來的，換句話說，也是我們借著環境修心，所展現出來的成果。因而平時我們無論遇到任何的人事物，都要提醒自己，反省自己，修正自己，淨化自己，才得以發揮本性的智慧，圓滿成事。古德有《修心》美文一篇，提供修道士在日常生活的道場，作為座右銘：

明心明根苗，心寬萬物包；
理路除雜草，路廣過煎熬；
修道莫煩惱，法聖樂逍遙；
真的假不了，求己志節高。

06 使擯色勃也

【原文】君召使擯，色勃如也，足躩如也。

魯君召喚夫子孔丘　接待外賓承辦所有
態度莊重轉身而出　神情嚴肅卻不愁憂

魯國君王召喚孔夫子去接待外賓，夫子接到命令後，顯得異常莊重嚴肅，接著後退轉身而出。擯，讀殯，接待外賓的司禮官。躩，讀絕，後退。

我們來到人間的第一個地方，就是家庭，家庭是我們人生的起點，父母兄弟姊妹，與親戚長輩等家人，都是我們學習重要的一環。良好的家教，往往培養出一代的偉人；不良的家教，長大後容易成為問題人物。是以在小時候要奠定良好的基礎。《弟子規》乃清朝賈存

仁，依據康熙秀才李毓秀所撰《訓蒙文》，修訂改編而來，內容所依據乃孔夫子在《論語・學而篇》所說：「弟子，入則孝，出則弟，謹而信，汎愛眾，而親仁，行有餘力，則以學文。」如此家教可以奠定將來出社會，為國為民服務的基礎。在家孝順父母，出外服從長上；在家友愛兄弟，出外與人和諧。《弟子規・入則孝》載：「父母呼，應勿緩；父母命，行勿懶；父母教，須靜聽；父母責，須順承。」又《弟子規・出則弟》載：「或飲食，或坐走，長者先，幼者後；長呼人，即代叫，人不在，己即到；稱長者，勿呼名，對尊長，勿見能；路遇長，疾趨揖，長無言，退恭立。」如果小時候，能養成這些好習慣，將來出外工作，擔任職務，必能與上級或同事和諧相處，在工作上的聯繫與配合，必能產生良好的效果。

孔夫子從小接受母親顏徵在的身教，並得到外祖父顏襄的德教，加上自己努力精進，所以能夠在十五歲志於學，三十歲就能立足於社會，嶄露頭角，在擔任官職時，受到君王的重視。最主要是在工作崗

位上，君王所交代的事情，必然盡心盡力，以最快的速度最有效的方法去完成，如此才能獲得君王的信任，將重要的事情交代他去執行。有如本章所說，有一次，魯國的君王召喚孔夫子，要他去接待外賓，夫子接到命令後，顯得異常莊重嚴肅，不敢有所怠慢，接著後退轉身，就出去執行君王所交代的任務。

能力是靠自己在平時培養的，智慧是靠自己在生活中磨練開發的。自古以來的忠臣志士，在歷史上寫下輝煌的一頁，都必須經過相當的歷練而來，並非一些陽奉陰違，光靠嘴巴會說而不會做的人所能獲得的榮耀。一個朝代的興盛，除了明君之外，尚要有忠臣的配合。依據《論語‧八佾篇》記載：有一天魯定公問孔夫子：「君王使喚臣子，臣子侍奉君王，要如何做才是合理呢？」孔夫子回答說：「君王使喚臣子，要以禮相待；臣子侍奉君王，要能盡忠職守。」我們來到人間演這齣都是因果戲，都是自己上一世所寫下的劇本，今生能圓滿演好自己的角色，將願力及業力了結，自然無業一身清，可以回歸本

位。孔夫子以其一身的示現，完成任務，所以成就「至聖」的果位。

大家今世有福報，以人身來到人間，如果能夠遇到明師，聽聞真理大道，可以藉此身來了願了業，清靜本性，以回歸本位，那是何等榮耀的事情。但要達此目標，必須要明理實修，並非只談理而不修，如同買了車票卻不上車，永遠到不了目的地。古佛一篇智慧之文《清靜的修行人》，可提供我們在修行上的重要參考：

修道要學的是清靜、智慧，而不是技巧性的知識；要精打細算的性命解脫與否，而不是金錢或名位。我們要向聖人看齊，不要跟凡人比高低。

學學聖佛的腳步及德行，

學學仙佛渡化眾生的慈悲與精神。

修行人要三業，身、口、意無虧；

六根，眼、耳、鼻、舌、身、意清靜。

你無虧、清靜了，才算是個清靜的修行人。

07 前後襜如也

【原文】揖所與立，左右手，衣前後，襜如也。

立在門外迎接外賓　拱手行禮文質彬彬
左右之手前後擺動　顯得整齊動作頻頻

孔夫子出門到外面站立，準備迎接外賓，與兩旁的人一同行禮，當左右雙手拱手時，衣服也隨著前後擺動，動作顯得非常整齊。襜，讀攙，動作整齊。

接待外賓是一種非常重要的禮儀，奉命負責接待的人，平時對於外交的禮儀與辭令，都應該有相當的素養，不但代表君王，也代表整個國家的體面與國格，仔細想想，並非兒戲。因此從開始任命擔任接待開始，必須事先有充足的準備，有關的服裝儀容，迎接的對象，

所需要準備的迎接陣仗，包括接送的交通工具，相關配合的人員，以及其各方面生活起居習慣，都要瞭若指掌，與其對話的內容都要審慎準備，並要事先演練，以免臨事緊張而狀況百出，必然有失國家的體面。文中所載：孔夫子接待外賓，時間到了，即時走到門外站立著，與接待外賓的同事分兩列恭候，準備迎接來賓。等來賓到達，與兩邊迎接的人，一同行禮。行禮時左右兩手拱手作揖，當時衣服也隨著拱手而前後擺動，動作非常整齊劃一，讓人感到舒適而有備受尊重的感覺。這就是孔夫子接待外賓的方法。

孔夫子在《中庸》回答魯哀公問政的時候說：「大凡事情，事先有準備就會成功，沒有準備就會失敗。說話能事先做好準備，就不會難堪；做事事先做好準備，就不會遇困；行動能事先做好準備，就不會後悔；修道能事先訂定正確的方向，就不會窒礙難行。」孔夫子在政事上富有相當的理想，同時在實際上也能身體力行，因而能得到君王的信任，將接待外賓的重要工作交代他去做。為了盡職而不讓君王

擔心，他總是盡心盡力去完成。

當然要做好事情，君臣之間互相的默契，能夠產生十足的信任，才是真正圓滿完成事情的原因，誠如孔夫子在《中庸》回答魯哀公問政時說：「在下位的人，如果得不到上位者的信任，就不可能治理好地方的百姓。要得到上位者的信任，是有辦法的，如果得不到朋友的信任，就不能獲得上位者的信任。要得到朋友的信任，是有辦法的，如果不能孝順雙親，就得不到朋友的信任。要孝順雙親是有辦法的，如果不能真誠善待雙親，就不能孝順雙親。要使自己真誠，是有辦法的，如果不明白至善之道，就不能使自己真誠。」

真誠乃是天性的流露，必須淨化心靈才能做到，濟公活佛有《放空自己才能接納諫言》之文教導徒兒，可作為找回真誠本性的參考：

今天你做了很多事情，別人因而誇獎你，說你辛苦，而你卻不自覺辛苦，那就表示你不執著。當一個人心甘情願付出時，他就不會覺得辛苦。相反的，心有所計較，就常會覺得別人不了解他，不知道

他的苦處。你自己常會依自己的角度，只看到真相的其中一面，而沒有走到別人的角度，去看另一面。別人看的角度，不一定會與自己相同，所以你要從許多角度去看，這樣你看事情或做事情，才會比較圓滿。心要活潑玲瓏，要看許多面，這樣心才不會有偏私。有時不妨問問別人的看法，因為旁觀者清。也許自己總認為自己是對的，當別人肯告訴你時，你要高興，是因為你肯接受，所以別人才肯告訴我們。若自己做不好，人家還誇讚你，那你就很失敗。一個瓶子水裝得太滿，就容易傾倒，所以說「滿招損，謙受益」。

站起來可以使你們眼光放遠，還可以讓你們抬頭挺胸，走向你們的人生大道。人不能太目空一切、太自滿，如此便無法接受別人的諫言。你們要將自己的偏見及包袱拿下，這樣才是入境隨俗。你們要先將自己放得空空的，要學為師這樣，如此我們師徒才能相契合。

08 趨進翼如也

【原文】趨進，翼如也。賓退，必復命，曰：「賓不顧矣。」

> 孔子送客趨步前進　十分謹慎態度嚴謹
> 外賓辭退回復王命　稟告情況責任克盡

孔夫子趨步向前時，顯得十分謹慎端莊。等到賓客辭退後，一定回來向君王報告說：「賓客已經離開，不會再回頭了。」翼，謹慎的樣子。

《大學》載：「大學之道，在明明德，在親民，在止於至善。知止而后有定，定而后能靜，靜而后能安，安而后能慮，慮而后能得。物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。」《大學》一書是

引導我們成就大人之德行的學問，在此所謂的「大人」，即《易經・乾卦・文言》所說：「能與天地合其德，與日月合其明，與四時合其序，與鬼神合其吉凶。如此的智慧，才能夠明白先天的天意而不違背，能夠在後天依據天命順時勢行事。此大人之德能，不曾違背天意，當然對於人與鬼神都不會違背了。」這就是大人的智慧，然而其智慧的培養是在平時生活中的待人處事。依據事情的本末順序，有始有終，通過定靜安慮的行事過程，才能有所得。

然而世人一生最重要的獲得，是找回自己至善的本性。孔夫子能達於至聖的境界，是在一生的言行舉止，獲得人天的敬仰而得此聖名。是以本章所敘述的內容，說明了孔夫子在擔任接待外賓的時候，從頭至尾，始終都是非常嚴謹而得體的。在接待外賓時，展現其熱誠，所以趨步向前時，顯得十分謹慎端莊，表示對來賓的歡迎與敬重。等到賓客辭退後，一定按照規矩，回來向君王報告說：「賓客已經離開，不會再回頭了。」如此的作為，才算是完成。這正是合乎

《大學》所說：「物有本末，事有終始，知所先後，則近道矣。」聖人在世的一言一行，都是我們後人要修成正道，成聖成仙成佛的依據，這種規範值得我們用心去效法。

聖人在平時生活中皆以平常心行事，言行舉止光明正大，絕對不會以稀奇古怪偏離正道的方式待人處事，讓人感到莫名其妙而難以捉摸。處世永遠以誠信，不會半途而廢，向外攀緣，給自己心性添加污染與煩憂，遇困解困，遇障除障，最重要能夠心安理得，是以孔夫子在《中庸》說：「平時喜歡追求偏僻的道理，做一些怪異的行為，後世的人或許會有人稱述他，但我是絕對不會做的。做為一位君子，應該遵循正道去做，至於做到一半就放棄了，我是絕對不會停止的。君子是要依循中庸之道，雖然一輩子沒沒無聞，不為人知，也不會後悔，唯有聖人才能做得到。」

在道場修道，應遵循的「十五條佛規」，其中第十一條「出告反面」，就是在平時生活中做事，尤其是下級對上級，晚輩對長輩，出

外時要稟明告知，回來時要回覆，如此任事，能使人安心。也使整個事情能善使善終，古賢有《果位》之美文一篇，讓修行者能理解得果位的前因後果：

果位是給任考不倒之人
果位是給真心修煉之人
果位是給守住初衷之人
果位是給功果圓滿之人
果位是給盡心了愿之人
果位是給明心見性之人
果位是給抱道奉行之人
果位是給人道行踐之人
果位是給無執無相之人
果位是給懺悔改過之人

09 入公門鞠躬

【原文】入公門，鞠躬如也，如不容。

孔老夫子進入公門　晉見君王恭敬為本
彎腰鞠躬恪遵禮儀　戰戰兢兢如不容身

孔夫子進入公家的大門，晉見君王的時候，顯得非常恭敬有禮，有如無容身之地一樣謹慎。

《孫文語錄・心理建設》載：「夫國者人之積也，人者心之器也。而國事者，一人群心理之現象也。是故政治之隆污，係乎人心之振靡。吾心信其可行，則移山填海之難，終有成功之日；吾心信其不可行，則反掌折枝之易，亦無收效之期也。心之為用大矣哉！」由此可見，人心的作用，小至個人的命運，大至國家的命運，甚至於世界

的命運，都與此心有關。國家這部機器的主腦，看似一國的領導者，其實是一個領導的團隊，這團隊在領導者的帶領之下，必須要有相當默契，這默契來自於平時的教育與溝通，互相誠心為民服務訂定周全的計畫，並加以努力施行，才得以造就安和樂利的國家。因而每一部門的執行人員，都要有良好的專業素養，與為民服務的精神。

國家為民服務的團隊，要能做到圓滿無缺，首先在內部的組織及實際的運作上，必須要健全，因而互相間，縱向橫向的溝通聯繫，都不能有所疏忽。這在平時工作上的態度，以及互相之間的氣氛，可以看得出來。內部融洽合作，在服務眾人的品質上，必能有親切和諧的表現，讓百姓感受到政府的德政。因此從政人員在工作上的點點滴滴，看似不起眼的小事，往往都成為影響大局的關鍵。國家是由一群人的組合，這群人扮演不同的角色，依不同的角色，要做到「為人君，止於仁；為人臣，止於敬；為人子，止於孝；為人父，止於慈；與國人交，止於信。」如此方能成為健全的社會，成為安定的國家。

孔夫子當官，能直接面見君王，其官位也是相當重要，因此在百官之中，其一言一行也具有影響力。孔夫子深知其重要性，是以在進入宮殿晉見君王時，特別小心，不敢有所差錯，所以「入公門，鞠躬如也，如不容」。要知道君臣之間，無論感情再好，一定要保持距離，不能有越分的舉動。古來多少宮闈內的亂象，都是從小細節不注意，讓奸人有機可乘而造成。是以為人臣子，當做到尊敬而不諂媚，正言而不犯佞。

君子之道，必須素位而行，在其位必要盡心盡力謀其政，不在其位不要謀其政，這是原則，就是做好自己本分的事情，這就是儒家所說的中庸之道。侍奉君王，當盡臣子的本分，但過分的阿諛諂媚，則有失臣子的禮儀。當君王未能接受諫言時，應要善用智慧以行諫言，否則就會如子游在《論語・里仁篇》所說：「多次進諫君王，令其感到厭煩，必然招來恥辱。」如此諫法，看似忠心耿耿精神可嘉，可是效果往往不彰，因而智者當知有所變通。

修道在日常生活中，人間就是最好的道場，因此在工作中能圓滿其事，也是修行非常重要的一環。古聖有《修行八要》一文，提供我們在生活中，在道場上，做為修道的座右銘：

一要以身示道風，言忠信，行篤敬，處事合中庸；
二要持齋慈悲用，憐憫心，菩薩行，拔苦救眾生；
三要精進二六從，三施並，四相除，修心復本容；
四要堅忍難關衝，志堅毅，忍辱重，真心貫長虹；
五要承上啟下情，真誠意，無欺瞞，橋樑來搭成；
六要道化於家庭，老中少，一團氣，彌勒家園成；
七要百孝經流行，朝夕參，孝順躬，家家出賢聖；
八要道之宗旨奉，學修辦，移世風，臻世界大同。

10 不站立中門

【原文】立不中門，行不履閾。

進宮禮儀孔子知曉　宮門中間不敢立腳
經過門戶不踏門檻　一切行為依從禮教

孔夫子經過中門時不停留站立，入門時不會踐踏門檻。閾，讀玉，門檻。

日常生活的行住坐臥，通常會顯露一個人的人品。人的習慣一下子要改變是很難的，雖然有些人善於用偽裝遮掩，但無意中露出馬腳的機會是很大的。這些習慣大多是從小養成的，這和一個人的家教有相當大的關係。有些人以為自己很聰明，在平時生活喜歡耍小聰明，認為別人無法識破。或者這樣的行為能夠暫時得到小便宜，但久而久

之，別人也會看清楚的，最後難免落得自欺欺人的下場，終究受到眾人的鄙棄。

是以《大學》載：「所謂誠其意，就是不要欺騙自己，有如討厭惡臭的東西，有如喜好美好的形色，這就是自性自然流露的情境。所以有德養的君子，必須謹慎於內心未顯露的缺點，在外人未見到時，就要做好慎獨的功夫。無德的小人，平時居心不良，所作所為自然就不善，因而為了滿足私慾，只要能夠達到目的，沒有什麼行為做不出來的。一旦見到光明正大的君子之後，必然感到羞愧害怕而遮掩躲藏，將其不良的言行掩蓋起來，盡力表現出善良的一面。但小人卻不知道，他的心思言行，在別人的心目中，已經被看得清清楚楚了，有如看到他的內心一樣。如此假裝掩蓋的動作，又有何好處呢？這就說明了人的本性是真誠的，是不會虛假的，在心性上存什麼念，言行上必然老實的反應出來，這就是相由心生的道理。所以君子在獨處的時候，要特別小心，不要以為他人看不到，就無所忌憚了，誠如曾子所

說：『猶如十隻眼睛看著，十隻手指著，是非常莊嚴的。』」君子嚴謹要求自己，在別人看不到聽不到的地方，依然是那麼謹慎，所以在公開場合，不容易出差錯。

孔夫子行事非常注重禮儀，所以一切言行舉止皆能合乎禮節而不越逾。依據《禮記・曲禮上篇》記載：「行不中道，立不中門。」就是走路要靠邊走，不要走在中間，站立的時候，不要站在門的中間，如此才不會影響大家，除了表現禮讓的精神以外，還對於他人表示尊重，如果人人懂此規矩，互相禮讓與尊重，自然不會起衝突而顯現和諧的情境。

「閾」讀玉，就是指要進房子的門檻，也就是房子內外的分界線。《爾雅・釋宮》載：「柣謂之閾。」《邢疏》：「經傳諸注，皆以閾為門限，謂門下橫木為內外之限也。」在禮制上是進入人家內的界線。古代的官員或大戶人家的門檻，體現主人的尊貴與身分。古代人信風水，以為門檻是主人的脖子或背脊，是忌諱用腳去踐踏或坐在

上面，因而過人家門檻時，不得踐踏。尤其進入王宮晉見君王，踐踏門檻，更是禁忌的行為，孔夫子當然深明其理，是以此章說：「立不中門，行不履閾。」

人間是道場，生活中充滿了道理，所以能夠認真去生活就是在修道。一樣的人生，為何有不同的成就，乃是每個人在經營生活時，是否用心在面對事情，能否得到圓滿的結局而論斷。《善用此心》一文，乃濟公活佛點撥我們在生活中修道的要領：

以真誠的心，善待每一個人；
以謙虛的心，檢討自己的錯誤；
以寬闊的心，包容對不起你的人；
以感恩的心，感謝你所擁有的一切；
以不變的心，堅持正確的理念；
以放下的心，面對最難的割捨。

11 其言似不足

【原文】過位，色勃如也，足躩如也，其言似不足者。

經過君位表情嚴肅　保持靜默放緩腳步
言行舉止謹慎為是　注意態度話莫粗俗

孔夫子通過君王的座位時，表情顯得非常嚴肅，腳步放得輕鬆緩慢，說話時不敢大聲放肆。

古代所稱的君王，現代可以用領導人來統稱，在一國或一個團體中，具有重要的身分與地位，居於特別尊貴的位置，是國中或團體中，每個人要尊重的對象。之所以值得大家尊重，是由於他要為全國或全體服務，整體的盛衰存亡與其領導有著難分難解的關係。因而所有的人要與領導人見面，都必須要給予高度的尊重。所以本章記述孔

夫子，到王宮晉見君王的情況，經過君王座位面前的時候，要「色勃」，也就是表情要嚴肅；要「足躩」，躩讀絕，就是腳部要輕鬆緩慢；要「言似不足」，就是講話不可大聲放肆。這些舉動無不展現對君王的敬畏。

無論是「色勃」，或是「足躩」，或是「言似不足」，都應該要適度而行於中道，方稱真善美。否則表情過於嚴肅，甚至於過於僵化，讓人感到不舒服；刻意把腳步放慢，表現得很輕鬆，內心很緊張而不自然，容易有意外出現；講話不敢大聲，好似慎重，使得聲音過小讓人聽不清楚，也不是好現象。在任何的場合，能表現自然而恰到好處，是最好的。但那不是說做就可以做到的，必須要有相當的智慧與歷練，將真誠之道展現於生活中，才能達於此境界。

孔夫子在《中庸》回答魯哀公問政時說：「要使自身真誠是有辦法的，如果不明白至善之道，就不能使自身真誠。所謂誠，乃是上天的正道，做到真誠，乃是為人應行的正道。天生真誠的人，不用勉

強就能做到，不用思考就能獲得，自然而然地合乎上天的正道，這樣的人就是聖人。專心努力去做到真誠，先要選定美好的目標，在經過百折不回的努力，其步驟就是：廣泛的學習，詳細的詢問，周密的思考，明確的辨別，切實的實行。」聖人也是人，但其品德智慧超於常人，尤其在平時生活上的表現，都能合乎中道，才得以有此成就。

孔夫子又在《中庸》說：「君子平時依循中庸之道行事，小人卻是違反中庸之道行事。君子行使中庸之道的方法，就是時時刻刻合乎正道；小人違反中庸之道的情形，從其言行肆無忌憚可以看得出來。」又說：「中庸是最合乎至善的正道，但平時在人們當中已經很少見了。」又說：「中庸之道之所以不能推行，我知道了，聰明的人做得太過分了，愚癡的人卻做得不到位。中庸之道之所以不能徹底明白，我知道了，賢能的人認知太超過了，不賢能的人卻是智慧不足。世人天天都要飲食，卻是很少人去了解其中的味道。」可見大道真理在平時生活中，真能懂得其中奧妙而善用的人，唯有如同孔夫子的聖

人，庸庸之輩醉生夢死，為填飽三餐為滿足慾望而奔忙，那還有時間精神去深入探討呢？由此可見孔夫子在世時，對於自己一言一行一舉一動的自我要求，是那麼謹慎而有條理，足為後人學習的楷模，看似簡單，其實不容易。

修行不能離開大道，大道就在平時的生活中，往往在我們待人處事的不起眼處，一般常人都疏忽了，聖賢仙佛卻注意到了。古賢有《真正的修行》一篇勵志文，可供我們參考：

人生，嚐遍了苦辣酸甜，保持一顆向善的心，才是最勇敢；
看遍了世間冷暖，堅守一份善良的念，才是最耀眼；
走遍了萬水千山，還做一個好心的人，才是最無憾。
活著，就是一場修行，而真正的修行，
不在一張能言的嘴裡，而在一顆向善的心裡。

12 屏氣似不息

【原文】攝齊升堂，鞠躬如也，屏氣似不息者。

提起衣裳走路上堂　恭敬有禮不慌不忙
孔子面君遵守禮儀　屏住氣息莊重上場

孔夫子提著衣服走上堂時，顯得恭敬有禮，屏住氣息有如不能呼吸一樣。

自古以來聖人以禮教治世，尤其在平時的待人處事，在在提醒人人必須要自我要求，時時反省自我改善，如此才能經營安和樂利的社會，因而平時對百姓的教育，必須要落實在生活上，使每個人都能守道義知廉恥，並且要以身作則，率先實行，如此才能貫徹。因而孔夫子在《論語．為政篇》說：「用政令來引導人民，用刑罰來整飭百

姓，只能讓百姓暫時免於犯罪受罰，卻無法讓百姓有羞恥心。能夠以道德來約束人民，以禮教來化導百姓，百姓就會有羞恥心，而且能夠從心革除做壞事的念頭。」

如今許多人不能了解治世的根本在治心，因而只在外表上要求，制定多如牛毛的法令以治民，藉此以防民心的惡化，而無法真正深入內心的教化，難以將道德人倫的觀念深植於人心。百姓無法明白一切行為皆從心起，是以不重視心性的教育，卻只在知識的層面上下功夫，如此一來，只著重外表的學問知識，卻掩蓋了心性良心，無法真正了解人性。如此膚淺的行事，強調學識文憑，而荒廢了人倫道德的教育。只重視科學技術的發展，獲得更多的利益，造成世風日下，卻無視於良心泯滅對社會傷害的嚴重性。

黎山老母在《明燈真經》說：「世上的風氣越來越低劣，人們的巧智越來越高漲。不論是富貴人家或是貧窮人家，都不相信因果報應。有些人違反天理，有些人虧損人道。勸諫他多行善立功，就回

答說不必了；勉勵他多行方便佈施，就回答說這有何用？一旦面臨禍患，那時後悔也來不及了。或者是遭遇水災，田園土地全被淹沒；或者遭遇火災，房屋財產都付之一炬。這難道不是罪業貫滿的惡報嗎？」如今疫情的流行，水災的氾濫，震災的迫害，歷歷在目，難道還不足以喚醒我們嗎？

黎山老母在此經又說：「世人有非分的想法，上天沒有不報應的道理。古代報應的速度較慢，今日的報應較快。人心越變越壞，天理的報應越來越明顯，不要以為文明時代就可以胡作非為，應當時時心存厚道自我莊重。上天生下世人，賢能愚癡的資質有所差別。有些人降生在富貴的人家，有些人降生在貧窮的人家；有些人可獲得高官顯位，有些人卻是一生帶病或殘廢，這些現象都是有其因果關係，不要怨恨上天不慈悲。」來到人間為人，實在是一件難能可貴的事，好不容易擁有人身，當善用此身了業了願。古來如孔夫子等聖人，其在人間的行為，造就了聖名，我們當要認真從其平時生活中學習，不要等

閒視之，如此謹慎勤於學習，當可從其生活細節中獲得修心之道。心能修，則言行舉止能合於正道。

在此章孔夫子晉見君王的過程中，雖然看似平常的舉動，但提著衣服走上堂時，顯得恭敬有禮，屏住氣息有如不能呼吸一樣。只要深入探究，要能做到這樣的行動，必須心中先有素養，才得以做得到。因而古聖在此篇《豐富人生》的善文中，可以提醒我們正確的作為：

不管現在，心情是悲是喜，處境是苦是樂，
都不必埋怨逃避，也不必得意忘形。
只要真正利益眾生，只要對得起天理良心，
就勇敢面對，坦然接受。
還要以平和理性的態度，來處理事情。
因為一切得失，都是為了豐富人生的經驗。

13 顏色怡怡也

【原文】出，降一等，逞顏色，怡怡如也。

面君完畢夫子退出　出了大堂走下階除
離開君王表情舒緩　氣息和順緩行慢步

當孔夫子走出大堂走下階梯時，表情才變得舒緩，氣息也顯得和順。

物有本末，事有終始，這是自然的現象，也是大道的顯現，明理者當從此去深究。晉見君王，有進必有出，當要面見君王時，一定要畢恭畢敬，神情難免比較嚴肅，各方面的表現也較為拘謹，等到退出殿堂時，精神就可較為放鬆，神情也能舒緩一些，呼吸的氣息也顯得緩和平順。這顯現對於君王的態度，是恭敬而謹慎，不會馬虎隨便散

漫。但當放鬆時，也不可以放肆，做出違反常理的瘋狂行為，小心時時刻刻都有人看著、聽著。

晉見君王，必須恭敬，晉見過後，離開君王視線的範圍，才讓自己鬆一口氣，這乃是敬重的自然反應。但如果做事情，在可以輕鬆的時候，也要適度的放鬆自己舒緩情緒，如此才不會讓自己的身體僵化，心靈受到束縛。這才是有所為有所不為，知道進退之道的智者。由此情形可以理解，君子之道，是要能夠順應與活用，恰如其分恰如其時恰如其機，讓事情能夠達到融會貫通的圓滿效果。

誠如《中庸》所說：「君子要安於位依循本分做事，不會做出超出本分的事情。處在富貴的地位，就做富貴人應做的事情；處在貧賤的地位，就做貧賤人應做的事情。處在夷狄的地方，就做適合夷狄地方的事情；處在患難的地方，就做適合患難地方的事情。君子的德能，是可以做到處處適應而順心如意。」君子所言所行，不但能恰到好處，而且可以成為眾人行事的模範。孔夫子是君子也是聖人，因而

其平時生活的待人處事，都能夠合乎中庸之道，當然是我們想要成為修道士的學習標竿。

《易經・乾卦・文言》說：「所謂的亢，就是只知道前進而不知到後退，只知道生存而不知道死亡，只知道獲得而不知道喪失。唯有聖人能夠知道前進、後退、生存、死亡的道理，而且不會失去正確的運作，這也只有聖人能夠做得到啊！」聖如孔夫子，聰明睿智，能夠知道大自然的奧妙，善用大自然的種種道理，因而能夠順天應人容萬物，這正是《論語・為政篇》夫子自述：「四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲不逾矩。」的寫照，也正是修道者學習的目標。

從容不迫的作為，恰得其分的言行，通常是在平時生活中去培養的。因而修道士對於自己平時的行為，除了多內省檢點之外，尚要常常親近善知識，才有機會學成。孔夫子在《論語・衛靈公篇》回答子貢問為仁之道時說：「工作要做得完善，必先準備好器具。在居住的

地方，必須尊奉當地賢能的大夫，並與當地有仁德的士人交往。」親近善知識，能夠見賢思齊，是修道士重要的事情，必須盡力去做，在品德智慧上才會有增長。

心為一切的主宰，但此心如果不單純而受到污染，必然帶我們進入無窮的輪迴而難以停止。是以時時刻刻在生活中，當與人事物接觸時，要能經常自我反省檢點，如果自己還存有先賢所說的《十心》，就可以放心；如果尚有欠缺，就要積極努力去培養：

存天心，開啟心靈；感恩心，抱道奉行；

慈悲心，救渡眾生；希望心，迎向光明；

謙和心，涵養德性；寬廣心，一切包容；

積極心，道行中庸；精進心，寢饋其中；

真誠心，立志學聖；活潑心，處事玲瓏。

14 趨進翼如也

【原文】沒階，趨進，翼如也。復其位，踧踖如也。

走完階梯隨即快行　小心翼翼緩和心情
孔子終於回到本位　仍然保持莊重心境

當孔夫子走完階梯時，隨即快步前行，顯得十分謹慎，等回到自己的位置，仍然保持莊重的態度而不敢隨便。

古時為人臣子晉見君王的時候，是一件非常榮耀而且謹慎的事情，因而要晉見之前必須做足準備，有些人還要練習許多次，深恐臨場時產生恐懼，出現異常的現象，如此是一件非常不禮貌的事情。但真正身懷遠志，不為私人利害而患得患失的人，無論在任何場面，一般是不會怯場的。如孔夫子的心胸寬闊，通常會從容應事，不至於在

此場面有失序的情況。聖人通常能行中庸之道，不為任何外境而影響其心境與行為，誠如孟夫子在《孟子‧滕文公下篇》所說的大丈夫：「住在天下最寬廣的仁宅，站在天下最適中的正位，行在天下最廣闊的大道。得志的時候與人民走在一起，不得志的時候能獨自行於正道。富貴不能使其淫亂，貧賤不能使他變心，威武不能使他屈服，這樣才能稱為大丈夫。」其實大丈夫就是顯現出一個人的特質，孔夫子有此特質，所以無論在任何場合，都能誠摯地展現其「不勉而中、不思而得、從容中道」的聖人氣質。

此章的敘述，當孔夫子晉見君王離開其前面，接著下來走完階梯時，隨即快步前行，顯得十分謹慎，等回到自己的位置，仍然保持莊重的態度而不敢隨便。在這過程中，可以看出其謹慎的態度，以及隨機應變的智慧，既從容而不隨便，雖顯謹慎卻不緊張，如此的中道行事，可說進退得宜，寬緊恰到好處，表現又不異於常人。這些作為看似簡單，其實在其中卻蘊藏著十足的智慧，這非是一般常人能夠達到

的境界。這種高強度勇者的智慧，並非一般的聰明之士或狡詐之徒所能做得到的。

誠如孔夫子在《中庸》回答子路問強時所說：「你問的是南方的強呢？還是北方的強呢？還是你認為的強呢？以寬和柔順來教化人，不報復蠻橫無理的人，這是南方的強，是君子平時所謂的強。隨時準備武器與人爭戰，雖死也在所不惜，這是北方的強，是強橫的人平時所謂的強。所以有德君子，和順而不隨波逐流，這才是真強啊！保持中立而不偏不倚，這才是真強啊！國家政治上軌道不改變心志，這才是真強啊！國家政治黑暗，到死堅守原則，這才是真強啊！」面見君王的情況，古來有很多，橫行霸道功高震主的臣子，總會顯出專權跋扈的姿態，不把君王看在眼裡。孔夫子所學是聖人之道，當然是彬彬有禮，看似不出眾，其實每個細節都能合乎禮儀，此非強者、聖者而何？

平時待人處事的言行舉止，往往顯現出一個人的修為，是以《大

學》載：「《詩經・衛風・淇澳篇》說：『看那淇水灣的岸邊，嫩綠的竹子受到水的滋潤，長得蔥鬱茂密。如同品德卓越彬彬有禮的君子，受到切磋琢磨的德澤培育，才能夠使他的儀表端莊，言行豁達開朗，舉止莊重具有威嚴。這樣一位有修養的君子，真是讓人難忘啊！』有如器皿的加工，要不斷加以切磋才會精緻，這是學習正道應有的態度；又如玉器的打造，要不斷地加以琢磨才會完美，這是自我修練應有的精神。」聖人的資質，乃是長期培養而來。

培養聖賢的品德，就在平時生活的道場中進行，隨時隨地看清楚自己的缺點，加以清除改善，使能回歸清淨的本性，這才是修行之道。修道並非口頭的名詞，在表面上做做樣子，到處指責別人的缺失，以為自己高人一等，就是看不到自己那充滿污穢的心性。能看到別人過失，卻看不到自己的缺點；能看到別人的貪婪，卻看不到自己的吝嗇；能看到別人的愚昧，卻看不到自己的無知。如此的修行，只會害慘自己。要成為真正的聖佛，其實就是要做好自己。

15 鞠躬如不勝

【原文】執圭，鞠躬如也，如不勝。

出使國外依禮執圭 孔子面君依循正規
態度顯得恭敬謹慎 若不勝力與君面會

孔夫子出使外國，代表國君行拜見禮時，手執玉圭，顯得非常恭敬謹慎，好似拿不動的樣子。

身為一位外交官，奉君王的命令出使他國，代表國家到他國去辦理事情，其一舉一動一言一行，都關係著兩國之間的權益，能奉命為大使出使他國，是一件非常慎重的事情，因而平時必須具備周全的外交禮儀，以及得體的外交辭令，以便在外交場合展現折衝的能力，一展其長才，為國家做好兩國之間的友誼聯繫，才不會因失禮而將事情

搞砸了，有辱使命且喪失國格，如此才是一位合格的外交官。

所謂的「圭」，是一種瑞玉，上端呈圓形，或呈尖銳形，下端呈方形。古代臣子奉君王之命到他國，手上必須持有國君所授予的瑞玉，以取信於他國。此章記述孔夫子奉君王之命出使他國，在代表國君向該國的國君行見面禮時，也依禮儀的規定，手執國君所授予的玉圭。由於代表國君，以及負有重要的任務，不敢有所疏忽，所以顯得非常謹慎小心，就如同拿不動玉圭的樣子，充分表達對該國國君的尊重，才會有如此戰戰兢兢的表現。

換個角度來思考這一章，諸佛菩薩諸天神聖常奉命來到人間傳達訊息，有如上天的使者，是以其一言一行一舉一動，都要能取信於大眾，如此大眾才會相信而產生信心，願意跟著祂們學習修道，參與度眾的聖業。當天使是非常神聖的，扮演菩薩的角色度化普羅大眾。我們人人本具佛性，奉天命乘願下凡度眾生，然而要度普羅大眾，先要從自心眾生先度起，內心有多少眾生，外面就有多少眾生，人人將內

心眾生度盡，就沒有外在的眾生了。心性本是一體的兩面，本性只有唯一，但心受到外境的染著影響，顯現千百種難以數計的心，讓我們找不到回歸本性的入口。所以修行就是在淨化心靈回歸本性下功夫。

六祖惠能大師在《法寶壇經》告訴我們修行先要懺悔，然後再說：「善知識！既然已經懺悔完畢，再與各位善知識一起發心行『四弘誓願』，大家必須用心注意聽！自心眾生無邊誓願度，自心煩惱無邊誓願斷；自性法門無盡誓願學，自性無上佛道誓願成。善知識！大家不都是這麼說『眾生無邊誓願度』嗎？怎麼說呢？眾生都是自度，不是惠能度的。善知識！心中的眾生，就是所謂的邪迷心、誑妄心、不善心、嫉妒心、惡毒心，以上種種的心態，都是出自心中的眾生，各自都必須做到自性自度，才能稱為真度。什麼叫做自性自度？就是自己心中的邪見、煩惱、愚癡等眾生，要用正見來度。既然有了正確的知見，就要用自性的般若智，去打破愚癡迷妄的眾生，各各去完成自性自度。」

每個人都具有佛性，只因妄想執著而喪失，所以必須借著平時生活去修正，以找回自己的本性。只要每個人認真生活，時時刻刻不忘本性，憑良心做事，遵循人倫道德，久而久之，自然可以喚醒本性。孔夫子在此章，盡心盡力負責任，依據國君的任命，把外交工作做好，也就是盡性，可以為我們的表率。古佛有《自性圓滿》一文，可以為我們平時修道的座右銘，期待修士常用來參考：

每一個人做一件事情，只要心念一動，
不是功就是過，不是天堂就是地獄。
所以你的心念要小心，你讓你的心境提升，
讓你的心清靜下來就是功，而不一定要做多少善事，
真正的功德，是在你自性的圓滿。

16 踧踖如有循

【原文】上如揖，下如授，勃如戰色，足踧踖如有循。

當手上舉如同作揖　當手放下物授人意
瞬間表情顯得嚴肅　不敢闊步保持戰慄

孔夫子手執玉圭面見他國國君，當手向上舉時，如同作揖的樣子；當手往下放時，如同授物給人的樣子。由於態度恭敬謹慎，表情瞬時顯得嚴肅而戰慄，走路時循規蹈矩不敢昂首闊步。踧踖，讀素素，不敢放大腳步。

擔任職務都有其應遵循的規矩，規矩是人訂定的，如果能合於正道常理，再加上任職的人能依理行事，就能夠施行順暢。不合理的規矩是無法施展順利，也不能維持長久的。然縱使有好的規矩，但不

去實施，或者做得不到位，也是無法見到效果的。因而《中庸》載：「如果不是居天子之位，就不可以議定禮儀，不可以制定法度，不可以考訂文字規範。現今天下車子的軌道要一致，語言文字要統一，倫理道德要相同。雖然高居相當的地位，卻沒有對等的德量，是不敢制定禮樂制度的；雖然具有相當的德量，如果沒有相當的地位，也是不敢制定禮樂的。」制禮作樂以治理國家，如此美好制度的訂立，皆在古聖王時完成，後人能依循其理而做，人可安，家可寧，國可治，天下可太平。然而世人未能依聖王所制定的制度行事，因此國亂天下不太平，百姓就會生活在水深火熱當中。

孔夫子從十五歲就志於學，三十就能立足於社會，四十遇事而不迷惑，五十就能知天命，六十能做到耳順，七十能從心所欲而不逾越規矩，乃是一生能遵照先聖的教示去學習實踐，才有如此的聰明睿智，誠如《中庸》所記載：「孔夫子效法堯舜的精神，以文王、武王為典範，向上遵循天時，向下順從地理。就如同天地一樣，沒有

什麼不承載的，沒有什麼不覆蓋的。又如四季的交替運行，日月的交替光明。萬物一起成長而互不侵害，道理一併實行而互不違背。小的德行如河水川流不息，大的德行能敦厚生化萬物，這就是天地偉大之處。」可見孔夫子聖為三才，德配天地。因而在任外交工作時，才能有如此的表現，這在平時就奠定良好的基礎，在行事時才有如此的底蘊與氣勢。

孔夫子的至聖，其德顯現本性的真相，也在啟示我們，人人都具有優良的本性，只要肯修行，每個人都可以找回如夫子的聖人特性。最怕我們不認真修行，不努力清除累世污染的障礙，導致我們長時流浪生死苦海，永失真道。如果人人能有信心，必然可以突破萬難而找回真本性。尋找的方法，就在平時的生活中去向內心淨化，明白本有的東西，一定有能力找回來。

我們雖沒有頓悟之智慧，但我們可以有漸修的耐性。俗語說：「羅馬不是一天造成的。」修道成佛之事，也並非一蹴可成，也必須

在平時生活中，接近聖賢的聖典，向其多學習、多薰陶、多實踐，久而久之，自然有成。最忌諱的是，遇困障就沒有信心，導致半途而廢，永遠讓自己沉淪在輪迴中。古佛此篇《一定有能力》在提醒鼓勵我們，大家共勉之：

我們是上天的子民，老母的兒女：

一定有能力要求自己，一定有能力包容異己；
一定有能力大愛傳遞，一定有能力是非明晰；
一定有能力宣傳真理，一定有能力行道積極；
一定有能力堅持到底，一定有能力榮歸無極；
一定有能力平心靜氣，一定有能力紛爭止息；
一定有能力深明大義，一定有能力顧全大體；
一定有能力把握佳期，一定有能力手足提攜；
一定有能力創造佳績。

17 享禮有容色

【原文】享禮，有容色。私覿，愉愉如也。

當行獻禮神色和悅　孔子表現非常明確
私下相見顯得愉快　公私分明圓滿無缺

孔夫子在行獻禮時，神情顯得和顏悅色。當以私人身分見面時，神情才顯得輕鬆愉快。覿，讀敵，拜訪。

在平時的生活中，每個人因工作關係，有公事與私事之分。在運作事情時，當要公私分明，必須遵守公事公辦、私事私辦的原則，公私一定要分明，最怕的是假公濟私、以私亂公，如此必定會把事情弄糟，國家政治將是一團亂。一個上軌道的國家，其制度是健全的，擔任各部門工作的人員，應當嚴守紀律，遵循職業道德，如此國家的政

治才會上軌道，國家富強，百姓安樂是可期待的。孔夫子在魯國曾經擔任許多職務，在任職時都能用心將事情處理得非常妥當，所以其行為都可以成為其他工作人員學習的模範。

諸如《論語・八佾篇》記載：孔夫子擔任魯國太廟的工作，初報到的時候，每件事情都向長者請教，有人就質疑說：「誰說鄹邑叔梁紇的兒子（指孔夫子）知禮呢？進入太廟，每件事情都要向人請教。」孔夫子聽到之後說：「這樣做正是合乎禮的精神。」如果當時夫子沒能以此尊重太廟中的長輩，而自以為是，恐怕會招來許多不必要的麻煩。一個尊重展現禮讓，把太廟中的同事心結給打開了。夫子如此縝密的思考，並非一般人可以想到或做到的，其聖名也就在平時生活舉止中奠定了。當孔夫子奉命做外交工作，先將公事做好，所以其一舉一動，都要合乎禮儀，該嚴肅就嚴肅，在獻禮物給國君時，當然要面帶笑容，以表達誠意，但言行舉止在公開場合，還是要遵守分際，不能隨便。等到公事辦妥，在談私人的交情，此時純屬私人的交

情，當然態度就不必要那麼嚴謹了。是以文中說：「享禮，有容色。私覿，愉愉如也。」充份表現出孔夫子應事的靈活智慧。

孔夫子在生活中所表現的點點滴滴，都能夠中節，足為後人學習。尤其想要修成正道者，更要用心去探究，夫子為何能展現聖人的智慧？我們可以從經典中去學習，實際去印證。是以《中庸》說：「唯獨天下至聖的人，能拿出智慧，才足以領導百姓；能發揮寬容心胸溫柔的態度，才足以包容他人；能發憤圖強發揮剛毅果斷的精神，才足以永遠保持正道的準則；能保有嚴肅莊重執中守正的態度，才足以用恭敬來做事；能夠深入文章的條理周密的觀察，才足以辨別是非。」可見聖人君子的作為，可以「動而世為天下道，行而世為天下法，言而世為天下則」，足為後人行事依據的典範。

聖人之言可謂我們行事的準則，人生里程碑的燈塔。是以天天能夠學習經典，猶如聖賢仙佛在前，耳提面命，時時提點，讓我們能夠時加自我反省，減少造惡業的機會，自然能遠離惡道而靠近善道，最

終再超越善惡而入不起分別的至善地。古德有《智慧與聰明》一文，可常加以探究其意境：

智慧跟聰明，你們知道不太一樣，
耳朵會聽，眼睛會看，叫做聰明。
耳聰目明，對不對？但是耳聰目明還不夠啊！
耳聽得到，但是你會聽好的嗎？你完全聽好的嗎？
這個時候就要用智慧去取捨了，是不是？
不好的，聽到就是到耳朵而已；
好的聽了又怎麼樣？進去心裡循環，對不對？
那看到不好的呢？沒關係！
我看，我不會放到心裡面。

18 不以紺緅飾

【原文】 君子不以紺緅飾，紅紫不以為褻服。

孔子以為君子衣服 紺緅為飾明顯不符
對於穿戴十分講究 紅紫便服平時排除

孔夫子認為君子的服飾，不要用青赤色或赤黑色鑲邊來裝飾，平時也不穿紅色或紫色的便服。紺緅，讀幹鄒，紺為齋戒服色，緅為喪服色。

食衣住行是人類生活的基本條件，可以直接影響生活的品質。今就衣服來討論，衣服本來就是用來遮體保暖用的，由於社會物資的豐富，文明觀念漸漸發達，因而對於衣服的講究就會有所不同。古來社會的形成，由於富貴貧賤、官階百姓的身分不同，在穿著上，各個朝

代與地區，都有其不同的要求與風俗，形成了繽紛亮麗的衣裝文化。但無論如何，大多會考慮到合身分、合時宜、合禮儀的問題。因而在社交的禮儀制度上，對於衣料品質的選用，使用的顏色，都會影響一個人的身分地位，以及他人的觀感。以孔夫子當時的社會，赤青的紺色乃齋戒時所使用，赤黑的緅色，是喪服所使用，夫子是覺得不太適合穿著的，因為它們違反習俗，會影響心情，或者違反禁忌，以及影響生活的品質，所以不使用。

春秋時齊國的宰相管仲在其所撰的《管子‧牧民篇》說：「百姓日常生活的糧食充足了，才能夠顧及禮節；人人都能夠豐衣足食了，才會重視人格的榮耀與恥辱。」然而「飽暖思淫慾」，卻也造成人性的驕縱與放逸，給平靜的心性製造了不少的煩惱與困擾。如果世人未能在生活中，面對環境常常自我反省檢討改善，恐怕好的生活環境常會埋下混亂的禍根。因而對於平時生活食衣住行的品質，要常加檢點，一旦發現缺失，要及時改善。孔夫子在《論語‧里仁篇》提醒我

們：「一個有志於進德修業的修道士，如果對於飲食的粗劣，以及衣服的破舊還感到羞恥的，就不足與他談論大道的真理了。」因此有志於修道的修行人，對於衣服要能整潔端莊合於禮制即可，不必講求豪貴奢侈。但也不可因自己的思想怪異，強調自己異於常人的特殊性，穿得很邋遢，以為自己講究自然，不受世俗的影響。

修道人要能合光同塵，但不隨波逐流，因而平時對修行要有相當的信心與毅力，才能通過世俗環境的考驗，修成正道。黎山老母在《明燈真經》說：「從古至今，雖然修道的人很多，為何成道的人卻很少呢？其中的弊病有三種：生活在凡塵世間，卻貪婪榮華富貴，不肯樂善好施，胡作非為，視錢財如生命，不知道反省懺悔，這是第一種弊病。心中只想追求稀奇怪異，迷惑於旁門，不尊敬師長，不重視道德，這是第二種弊病。有些人是前世的冤孽還沒消盡，有些人是今世的道德有所虧損，只知道參禪打坐，卻不知道懺悔改過，三綱五常不遵守，四維八德蕩然無存，爭名奪利，沉迷於酒色之中，這是第三

種弊病。可見要修成正道，對於平時生活的點點滴滴，都要小心。猶如穿著衣服，看似小事，但對每日的心情影響甚大，能不注意嗎？

《華嚴經・初發心菩薩功德品》載：「一切中知一，一中知一切。」一切萬法中都有大道的存在，是以能夠互相感應。因而修道者當知道心中有大道，如果沒有正心正念，是無法有真功實德，喚醒我們的佛性，引導我們回歸正道。古德的《真功實德》一文，正確地分析修道者應該要清楚的心境，並且時時刻刻看緊這顆心，以免耽誤修行的大事：

因為你心正，一切考魔皆不能入侵，不能擊倒你修行的心志。你們的心如果散漫，道心不堅定，一切魔考，就由此趁虛而入。上天所認定的，並不是世間的名相、名位，或擔任的天職高低，來敘封果位，是要你們修行真功實德。

19 必表而出之

【原文】當暑，袗絺綌，必表而出之。

酷熱夏天所穿衣布　適合穿著清涼衣物
葛布單衣還穿內衣　孔子出門套上外服

孔夫子以為在夏天天氣酷熱的時候，無論穿著用粗或細的葛布製成的單衣，一定要穿內衣，出門時還要加上外套。袗，讀診，穿單衣。絺，讀吃，細的葛布。綌，讀系，粗的葛布。

一般人穿衣服的原則，就是能夠遮蔽身體，以免於過分祖露，造成他人不好的觀感，而且考慮到衣服有保護身體的作用，不要穿得過少而著涼了，穿得過多而悶熱了，這對身體的健康會有所影響。至於衣服布料的品質，以及式樣的變化，通常會隨著個人的經濟條件，所

擔任的工作以及身份地位，會有所不同。由於時代的演變，許多觀念也隨著變化，無論如何，還是以配合身分、地位、場合、季節，而搭配顏色、衣料、式樣、大小，總之必須適配，才能顯得有精神，充分發揮穿衣服的功能。

然而穿衣服除了注意保健之外，還要注意禮儀，在莊嚴肅穆的場合，不宜穿著過於妖豔與暴露，給人有分心的機會，雖然可以吸引眾人的目光，卻讓人無法專心，其實也是不禮貌的行為。在本章敘述君子的穿著，當然也是孔夫子教育子弟，以及教化時人的記述。雖然在夏天大熱的天氣，也不可以袒胸露背，或穿得太少，若隱若現讓人有想入非非的機會。布料可以選擇粗的或細的葛布，依自己的需要裁製單衣，但要穿內衣，才不至於露餡。要外出時，還要加一件外套，以表示對人尊重有禮貌。

現在的人可能已經不在乎這些細節，但衣飾對人來說，猶如內外分明的界限，如果這種禮儀的規矩沒能做好，常是社會動亂的主因，

一般人無法理解其中的道理，還我行我素自以為是聰明人，久而久之形成禍害，到時想要制止已然太晚而無法挽救了，這種關係唯有有智慧的聖者能夠透視。老子在《道德經》第三十八章說：「當世人已經失去正道才強調品德，當失去品德才強調仁慈，當失去仁慈才強調義理，當失去義理才強調禮教。當世人強調禮教時，人心的忠信已經非常薄弱了。當禮教無法維持社會秩序時，恐怕世間的亂象就要開始了。有能力預見未來者，經常喜歡自顯其能，其實也只是知道大道外表的假相而已，如果沉迷於此，這正是愚癡的開始。是以真正有品德的大丈夫，會沉靜安於大道厚實純樸的真相，不會表現在輕浮虛華的外相，因此常去其虛華而取用厚實。」

衣服的外表是人人可以見到的，但藏於衣服裡面的身體，就無法從外看得很清楚了，尤其藏於身體內的智慧德量，更是難以透視。一般人看人是看外表的條件，常以外表的條件來論人，經常會有錯誤的判斷。但真正明理的聖人君子，是看人的道德品質，因而判斷錯誤的

情況很少。古聖有《見賢思齊》一文，要經常拿來惕勵自己：

以聖賢為師，經典為鞭策，善友來提攜；
以戒律為師，能約束身心，去無知無明；
以禮法矩度，做舉止規範，溫良顯謙恭；
以學問之道，來濟弱扶傾，方一道同風；
以智慧明顯，見賢而思齊，器度更恢宏；
以忍辱負重，續薪火傳承，顯一貫正宗；
以精進不懈，為開創守成，而一如始終；
以持戒定慧，發四宏誓愿，渡芸芸生眾；
以佈施三昧，求功不唐捐，宜隨順因緣；
以禪定觀心，悟人我殊途，真道法自然。

20 黑衣配黑裘

【原文】緇衣羔裘，素衣麑裘，黃衣狐裘。

冬天穿衣講究搭配 黑衣羊裘大方甚美
白衣鹿裘黃衣狐裘 出外辦事必須妥備

孔夫子對於穿衣服很講究，冬天時，穿黑衣要配穿黑羊皮裘，穿白衣要配穿白鹿皮裘，穿黃衣要配穿黃狐皮裘。緇，讀資，黑色。羔裘，羊皮衣。麑，讀尼，小鹿。

孔夫子提倡禮樂治國，因而在禮儀上的講究特別重視，在此章談到冬天穿著衣服的搭配，可謂十分講究，因此要花費一些金錢，似乎違反儉樸的原則，於是有人問：「孔夫子穿衣服，黑色的衣服搭配黑色的羔裘，白色的衣服搭配白色的鹿裘，黃色的衣服搭配狐裘，恐怕

不合乎節約樸素的道理吧！」回答說：「這個問題問得很好，謹慎修德的君子，寧願讓人批評不夠儉素也沒關係。如果依據大公至正的道理來說，有財力能夠做到合於禮法，卻為了節儉而不去做；這與沒有財力不能做到，卻還奢侈去做到合於禮法，看起來好像相差很遠，但就不合乎中道這一點來看，卻是相同的。聖賢不避諱奢侈的名聲，也不貪圖節儉的美名，只要道理上能做到恰到好處就可以了。」這就是孔夫子所倡導的中庸之道的儒家精神。

來到人間生活，每個人因為累世所造因不同，今世所得果報的命運也不同。前世因造成今世果，今世果又成下世因，因果相連難以切斷。除非醒悟明理修道，不再讓恩恩怨怨糾纏不清。因而修道士要先明白真理，行於中庸之道，才不至於再落入悲慘的輪迴苦海，以開啟本具的智慧為重要目標，以達聖人「不勉而中、不思而得、從容中道」的睿智，才不會被凡俗偏頗的觀念所左右，唯獨如聖佛開啟獨立而不改，周行而不殆的般若智，不因為他人無厘頭的言論而改變立場。

依據《論語・八佾篇》記載：子貢欲去告朔之餼羊。子曰：「賜也！爾愛其羊，我愛其禮。」所謂「告朔之餼羊」，是周代的諸侯於每月初一殺羊祭祀祖廟的禮儀，祭祖之後回朝廷聽政。周朝自幽王之後，就不再舉行告朔之祭禮，魯國則自文公開始，就不在祖廟舉行告朔之禮儀，其後君王都不告朔，然而魯國有司仍然照例供此餼羊。子貢當時司其事，在與老師閒談時，表示既然已經名存實亡，何必再犧牲一頭羊的生命呢？孔夫子對於子貢的想法，回答說：「端木賜啊！你是憐惜這頭羊的生命，我卻是愛惜這傳襲下來的禮儀。」在此孔夫子以為縱使只留下形式，總比完全廢除的要好。這祭祀的餼羊讓後人看到了，還能讓人知道以前曾經有此禮制，或許還有機會恢復它，如果連餼羊都免除了，這禮制的功能就全部消失了。這就是聖與賢的智慧不同，見解也有差異之處。

聖人對於大至國家所推行的禮制，小至個人生活的點滴，無不考慮到人心的感觸，以及整個社會的影響。有些事情表面上看似小

事，但卻影響廣大的層面，如果沒有相當的聰明睿智，實在無法透視其事情演化的前因後果，也唯獨聖人有至誠之心，所以才有《中庸》所述：「至誠之道，可以前知：國家將興，必有禎祥；國家將亡，必有妖孽。見乎蓍龜，動乎四體。禍福將至，善必先知之，不善必先知之，故至誠如神。」但要達於此功能，可從先聖所留《正己化人》奠定基礎：

多檢討自己，別反省別人，
戒律乃為修己利人，而非用以檢視他人。
正己化人，嚴以律己，而非嚴以律人，寬以待己。
聖人之所以成為聖人，不是因為他們不會犯錯，
而是他們懂得凡事檢討自己，才能守住純真。
守戒，守住自己的自性，戒除我執我念。

21 皮衣長短袖

孔子居家所穿皮裘　規格長短皆有要求
皮衣較長右袖較短　如有不合就會整修

【原文】 褻裘長，短右袂。

孔夫子居家所穿的皮衣，比外出時所穿的皮衣，較為長一些，右邊的袖子要比較短。褻，讀謝，褻裘是睡覺時所穿的皮衣。袂，讀妹，是衣袖。

衣服最重要的功能，是遮體保身之用，所以其材質講究舒適，其裁剪的樣式講究靈活方便。此章所談及的衣服，是在家睡覺、休息所穿著的衣服，要講究保暖，以免晚上休息時著涼了。右邊的袖子要短一些，以方便做事，不會因袖子長，做起事來礙手，反而不方便行事。

衣飾是文明的象徵，與社會的禮儀風俗有著莫大的關係，我國自古以來注重衣冠文物、禮儀制度。自從黃帝開始，對於衣飾的講究就有相當的成就，孔夫子繼承儒家的精神，並推廣禮樂的教育，以此來教化時人，所以對於古代的文物制度大力的推行，其中重視衣冠是其中重要的一環，並在此章表露無遺，足見他對衣冠的要求是嚴謹的。要知道，人以知禮為可貴，衣飾以端莊為可貴。所以穿著衣服，必依據身材、身分、時間、場合，以為製作衣飾的準則。身為人師與前輩，有教導弟子與引導晚輩的責任，所以在平常的生活中，應該注意此方面的素養，能行不言之教，弟子與晚輩自然受到潛移默化之功。若一味地追求新潮，或者食古不化，往往造成害人害己的後果。

一個人來到人間，由於命運的關係，經常要扮演許多角色，為了要扮演好角色，必須經常檢點與改善。所以說識時務者為俊傑，《中庸》也說：「君子要安於位而依本分行事，不要做出越份的行為。處在富貴時就行富貴之事，處在貧賤時就行貧賤之事；處在夷狄

時就行夷狄之事，處在患難時就行患難之事。君子的德能可以到處適應而順心如意，處於上位不欺凌下位，處於下位不攀緣上位。對上不怨恨天，對下不怪罪人。所以君子是可以用平常心，耐心地去完成事情，小人就會鋌而走險，以僥倖心等待機會。孔夫子說：『君子待人處事，如同射箭一般，射不中靶子，不會怪罪靶子擺不好，只怪自己射箭技術不精準。』」聖王治世以君子之道來要求自己，經常反觀自己，以免偏離正道。祂們的著眼點都是大公無私，一心一意為民服務，是以堯舜禹三聖王的治世，至今為百姓所敬仰與讚歎。

孔夫子曾經在《論語．泰伯篇》讚歎夏朝的禹帝說：「對於夏朝的禹帝，我沒有甚麼可以挑剔了。其平時所吃的飲食非常粗淡，然而對於孝敬祖先祭祀鬼神，祭品卻很豐厚；平時所穿的衣服很粗劣，然而上朝的衣冠卻很華美；平時所住的房子很簡陋，然而對於整治水利工程卻很盡力。對於夏朝的禹帝，我真的不能有所挑剔了。」可見聖人的觀點是很接近的，對於現實生活的考量，總是為公而忘私，考慮

到大局而不在乎自己的享受，所以深為眾人的景仰與尊重。孔夫子對於衣飾的講究，無不在禮上與實際上的考量，足為後人學習的表率，卻不局限在一些凡人的短視與偏見，這就是聖智的功能。

不要小看日常生活的點滴，好似沒有什麼大格局的表現，但平時生活習慣的養成，卻是造就一個人人格的重要基礎，因而此篇先哲的《增廣智德》，可以幫助我們累積德量，奠定好修行的基礎，可供參究：

拓展先哲之教化，以廣其志；
大行天地之仁道，以廣其德；
紹承先聖之文章，以廣其行；
闡述萬經之睿旨，以廣其智；
善盡學修之精義，以廣其生命。

22 長一身有半

【原文】必有寢衣，長一身有半。

夫子睡覺必穿睡衣　睡衣長度規格合理
棉被全長一個半身　如此長度規定仔細

孔夫子睡覺時所蓋的被子，其長度相當一個半身。

戰國時楚國屈原在《楚辭‧卜居》一文說：「夫尺有所短，寸有所長，物有所不足，智有所不明，數有所不逮，神有所不通。」就事而論，尺雖然比寸長，但與更長的東西相比，就顯得較短了；寸雖然比尺短，但與更短的東西互比，就顯得較長了。事物總有的不足之處，智者也有其不明智的地方。總而言之，萬物都有其長處，也有其短處，不必專挑其短，卻不知道善用其長，這是沒有智慧去善用的緣

故。有智慧的人，能夠因材施教，善用其才，因物施用，善用其物，在其生活中沒有什麼不好的。反之，愚癡的人總認為人人有問題，事事有困難，物物有障礙，因而成為自己懶惰與失敗的藉口。

孔夫子的養生之道，在日常生活的點滴表露無遺，連對於晚上睡覺的被子，也是非常講究的。晚上要能睡得好，在物質上的床鋪與被子、睡衣，必須要注重保暖與舒適，睡得好才能有精神在隔日繼續奮鬥。休息是為了走更長的路，這個道理很多人都知道，但真能用心付諸實踐的人卻不多，造成睡眠的品質不好。被子的長度，孔夫子所用是一個半身體，如此晚上睡覺在翻身時，才不至於使身體露在被子外而著涼了，而且睡覺的姿態不會顯露於外。

君子修道必須在慎獨用功，往往在他人看不到、聽不到的地方，更應該要謹慎而不敷衍，因而修心乃是修道之本，一切的言行都是心的作用，因而必須在此心處下功夫。《中庸》載：「道也者，不可須臾離也，可離非道也。」道時時與我們同在，所以要將道修好，必須

時時刻刻做到謹言慎行，而謹言慎行必須從心的慎獨做起。

此章談到日常生活中，就免不了要說到每天睡覺用的被子，如此微小的細節，除了有智慧的聖人君子會去注意以外，一般人是不會去講究的，但在這種沒人注意到的地方，往往養成了習慣，就會在生活中顯現出來。其實這也是慎獨的一個環節，唯有身心如一的智者才能做得到。《中庸》載：「《詩經・小雅・正月篇》說：『潛藏雖然在深處，但有時也會顯露出來。』所以君子要時時自我反省，內心沒有愧疚，不能在心中藏有惡念。君子的德行之所以高於常人，大概是在常人注意不到的地方，比常人要謹慎。《詩經・大雅・抑篇》說：『獨自在內室時，要能夠自我觀照，是否能無愧於神明。』所以君子在還沒有行動之前，居心要恭敬；在還沒有說話之前，居心要誠信。』《詩經・商頌・烈祖篇》說：『要以誠心來感動神明，不用說話而自然嚴肅，此時也沒有什麼可爭論的。』所以君子的治國，不用賞賜，百姓也會互相勸勉；不用發怒，百姓也會比面臨刑具更為畏

懼。」《詩經・商頌・烈祖篇》又說：『只要弘揚德行，諸侯們都會前來效法。』所以君子只要篤實恭敬，就能夠使天下太平。」出自於內心的誠敬，用在於事事的謹慎，何事不能成就呢？

在家中對長輩行孝，能為家道奠定穩固的基礎，能使社會國家安定，能夠使天下太平，更能流傳於人間，一舉而數得，何樂而不為呢？是以古德的《孝風德行》一文，誠為家庭和樂丹，更是修道之鑰：

孝，是人世間最巨大的力量；孝，是天底下最美好的行為；

孝，是人世間最可貴的擁有；孝，是歷史上最感人的遺產。

把握有限的時光，感恩現有的因緣，

歡歡喜喜的侍奉父母，快快樂樂的扶持另一半，

高高興興的友愛手足，開開心心的教育下一代。

遵道德行仁義，讓家庭和諧、家運昌隆，就是孝的基本表現。

23 厚狐貉以居

【原文】狐貉之厚以居。去喪，無所不佩。

平時在家所穿便衣　所用材料狐貉毛皮
居喪期滿無所不佩　夫子穿著皆合禮儀

孔夫子冬天在家所穿的便服，是用狐或貉的厚毛皮做的。每當服喪期滿，無論什麼東西都可以佩戴。

狐貉是兩種野獸的名稱，其毛長且厚，適合做褻衣以保暖，也適合當坐褥，坐起來很舒服，孔夫子平時在家當便服或坐墊，皆以狐貉之毛皮為之。古時狐貉的毛皮是用來作為座位鋪墊用的，成年人才能坐，或者接待賓客時才能用，年輕人不許用。從前年紀未滿三十歲，天冷了不許穿皮衣，三十歲以後才允許穿著羊皮衣，這與生理的健康

有關係。古代的禮儀，男女穿著衣服，還必須配戴玉珮等飾物，但在服喪期間，所有的飾物都必須去除，等喪期滿二十七個月之後，才能夠再佩戴。所以此章有「狐貉之厚以居。去喪，無所不佩。」的記載。居喪不佩戴飾物，是對亡者的敬意。

古來從穿衣服坐褥與配飾來看，都有其禮制上的講究。除了注意到保暖與衛生之外，也要考慮到自己的身分地位與經濟情況，同時也要考慮到場合與工作性質的方便舒適度。這也是一門學習中庸之道的重要課程，除了讓自己能夠舒適，合理適應之外，也給他人起尊重而不敢隨便的作用。

日常生活中的食衣住行育樂，都在展現一個人的素養，看似稀鬆平常的事情，其實都與人的性格有關係，人的性格是習慣養成的，因而從小的家教，以及生命過程中的歷練，都有相當的關係。自古以來聖賢的教化，都是從生活中潛移默化著手。修道修心是改變生活習慣很重要的方法，使我們平靜的內心不受到外境的誘惑所影響，造成心

神外逐而神不守舍，讓本性沉淪於苦海之中萬劫不復。讓我們在生活中善用而不著迷受誘惑，有利而無害。

老子在《道德經》第三章指導我們：「平時不要崇拜賢能的名相以為高尚，自然不會生爭鬥心；不要注重難得的財貨以為寶貴，自然就不會興起盜心；不要見境攀緣而心生慾望，自然就不會擾亂心性。虛其心，就是要使心性淨空，與真理大道相合；實其腹，就是要充實道德，使能神清氣爽；弱其志，就是不要自恃、自矜、自誇、自宰、自伐、自見、自有，以達不與人爭的素養；強其骨，就是以道德為己任，以達於自強不息。使人人能夠修得無知無欲的清淨心，如此則可無為而返璞歸真，天下自然得以太平。」

《大學》告訴我們想要治國平天下，就必須從人人的格物致知做起，格物致知就是要徹底端正每個人的心念，這當然要從慎獨的功夫做起，因而平時在生活中的起心動念，都必須要時時反省，及時改善，才得以有功。《論語・顏淵篇》記載：顏淵請問仁道，孔夫子

說：「克制私慾，使言行合於禮節，就是仁道。如果有一天人人能夠做到克己復禮，天下就能回歸仁道了。實踐仁道由自己做起，難道由他人去做嗎？」顏淵問說：「請問實踐仁道的細目？」孔夫子說：「不合乎禮就不要看，不合乎禮就不要聽，不合乎禮就不要說，不合乎禮就不要做。」

心的作用非常大，可大可小、可善可惡、可正可邪。心本中性，但看自己起心動念的走向，因而行善有善報，行惡有惡報，這就是天道運行的定律。古聖傳有一篇《正邪之道》可作為我們修行的參考：

天將大道賦於人使命，叫做天命，
而不是執著與某個形象的天命。
如果你無心辨道，天命給你，你也辨不了。
不管旁人跟你說什麼，自己心志堅定最重要！
有云：正人行邪道，邪道悉歸正；邪人行正道，正道悉歸邪；
道無邪正，視其人為邪正。

24 非帷裳必殺

【原文】非帷裳，必殺之。

孔子穿衣有所講究　不合規矩必然剪修
不是禮服必定剪短　行動方便並無它求

孔夫子所穿的衣服，如果不是作為禮服，就必須剪短一些。殺，讀曬，剪裁縫製的意思。

帷裳，是古代朝祭的服裝，好像帷幔，以正幅布製成，前三幅，後四幅，在裳上加辟，攝之使小，以稱合腰身，所以襞積很多，有如現代的百褶裙，因需要用正幅布製成，所以不斜裁其幅布。但不是朝祭的衣裳，下畔被於上畔的腰，必須斜剪其幅以製成，所以說「非帷裳，必殺之」，這是古時裁製衣裳的作法與習俗，更是一種禮儀。孔

夫子提倡禮儀，當然在朝祭的場合所穿著，必須依據禮制的規定，如果平時所穿，為了舒適方便行動，所以就會因需要而裁剪短一些。

衣裳的穿著，是一種文化，同時也在顯現不同時代的文明，因而自古以來對於衣冠的講究，都是隨著時代在演變。它在展現衣飾文化之美，從內心合理的概念，到外表合適的表現，都一一展露無遺。在野蠻時代，以樹葉遮體，後在黃帝時，對人們做出許多貢獻，在衣飾上也有頗多的講究，也因此使社會更文明更穩定。但無論文化如何隨時代的變異，基本的傳統精神是不能廢除的，否則造成敗壞的風俗，將給人類帶來莫大的災難。文化隨著時代不同而改變，但要變得愈來愈好，純樸的原則與和諧的精神，要能把握住，才是文明的象徵。孔夫子在《論語・雍也篇》說：「一個人的本質勝過於文飾，就會顯得粗俗；如果文飾勝過於本質，就會顯得虛華。如果文質都能兼顧，才能成就內外如一文質彬彬的君子。」這就是中華傳統文化所倡導的「中庸之道」。

孔夫子又在《論語‧先進篇》說：「前輩對於禮樂方面的講究，重於實質，讓人覺得有如質樸的鄉野人；後輩對於禮樂方面的講究，著重於表面上，有如表現君子的文質彬彬。如果要以禮樂感化人，那我還是依從前輩的質樸。」聖人的智慧總是善用目前的一切而能夠恰到好處，如在衣飾方面的講究，除了合時宜的禮制規定不去違反外，能夠達到效果為主要。《孟子‧萬章下篇》說：「伯夷，在聖人中屬於清高的；伊尹，在聖人中屬於負責任的；柳下惠，在聖人中屬於隨和的；孔夫子，在聖人中是屬於識時務的。孔夫子可說是集大成，所謂的集大成，如同奏樂，先敲金鐘開始，後擊玉磬收尾一樣。先敲金鐘是條理的開始，後擊玉磬是條理的終結。條理的開始是屬於智慧之事，條理的終結是屬於完成聖德之事。智慧好比是技巧，聖德好比是力量。如同在百步之外射箭，能射到箭靶是力量所至，能射中靶心就不是力量所能了。」所以要成為全方位的聖佛，必須兼備德智。

古來治國之道，必須注重倫理道德的教育，才能使國家有穩固的

基礎，尤其孝悌之道更是基礎中的基礎，古聖王的治國無不如此，因而孔夫子在《中庸》說：「周武王、周公可說是真正的孝子了！所謂的孝，就是善於繼承先人的遺志，善於傳述先人的功績。每年春秋二季修整祖先的廟堂，陳述祖先的遺器，擺設祖先的衣裳，進薦應時的食物。」可見衣裳也是祭祀中重要的項目。

在人生的過程中，人人都在應用自己所學去面對生活，因而平時要多利用機會學習，才能禁得起考驗，才能有所成就。先賢有《六種考驗》之文可參考：

衡得過逆境，才能學到本領；經得起考驗，才能擔當大任。修道有六種考驗，就是煎（顛倒考）、熬（毀謗考）、燜（上下考）、燉（無情考）、煮（道考）、烤（內外考）。沒有經歷，哪能得來思想的成熟？不受考驗，怎能證實你是志向超俗的人！因此，修辦道的六種考驗，都是在造就我們證得無上果位的必經過程。

25 黑裘冠不弔

【原文】羔裘玄冠，不以弔。

孔子平時參加弔祭　從來不穿黑色裘衣
同時不戴黑色帽子　前往喪家行弔祭禮

孔夫子參加弔祭，絕對不穿黑色的皮裘，以及戴黑色的帽子。

羔裘，是黑色的皮衣；玄冠，是黑色的禮帽。羔裘玄冠，依據當時的禮制是朝服，也是表示吉祥的服飾，不能穿帶去臨喪祭拜。如果是死者的近親，在親人剛死亡時，就要改穿素冠深衣。所以孔夫子在《禮記．檀弓上篇》說：「親戚剛死，穿著羔裘玄冠這種吉服來弔喪的人，要改為素冠深衣才妥當。」因此在本章有「羔裘玄冠，不以弔」的記述。

羔裘玄冠是一種吉祥的朝服，卻不適用臨喪的場合。可見人間的萬事萬物萬象，本來就沒有好壞善惡的分別，用得恰當是善，用得不恰當就變成惡了。誠如大道的本身，非清非濁、非白非黑、不生不滅、不垢不淨、非動非靜，但在萬法上卻有如此多的變化，因而這些自然現象，我們必須看清楚而善於應用，才能得其利而去其害。揠苗助長非但無利卻是有害，守株待兔乃不識時務的愚痴行為，明智者當知所分辨而善於使用。

大道分成陰陽之後，由於相生相剋的作用，產生無窮的功能，因而產生許多現象，老子在《道德經》第二十二章啟發我們：「當要觀察其中的奧妙關係，使能夠以委曲來求全，以矯正枉曲而使正直；以填補低窪而使盈滿，除去舊弊而使更新；懂得積少可以成多的道理，然而要注意貪多反而會成迷惑。所以聖人抱持專一的精神，以應合天下諸事。不固執己見，能夠更為明智；不自以為是，功能可更彰顯；不自誇己功，更可獲得其功；不自我驕矜，可使品德更為成長。正因

不與人爭鬥，天下更能和諧而不會互相爭鬥。古人所謂委曲可以求全，此話難道是假的嗎？真能誠實做到的人，好處必然全歸於他。」

聖賢是凡人修成的，只要在平時生活中，能誠心有毅力去修心養性淨化心性，必然可以達成。《中庸》教導說：「唯獨天下至聖者，能拿出聰明智慧，才足以引導百姓；能發揮寬容心胸溫柔的態度，才足以包容他人；能發憤圖強發揮剛毅果斷的精神，才足以永遠保持正道的準則；能保有嚴肅莊重執中守正的態度，才足以用恭敬來做事；能夠深入文中條理周密的觀察，才足以辨別是非。這些德行廣大無邊，如泉水一般不停的噴湧出來。廣大無邊就如天一樣，深深的泉水就如深淵一樣。當百姓看見了沒有不恭敬的，當說話時百姓沒有不信服的，所做出來的事情百姓沒有不喜歡的。他的名聲廣泛地傳遍中國，同時影響到偏僻的少數民族。凡是車船能通，人力能到的地方；天所能覆蓋、地所能承載、日月所能照耀、霜露所能降臨的地方。凡是有血氣的人，沒有不尊敬親近他的，所以說其德量可以配天。」德

澤的累積，表面看似乎看不出來，一旦成就，就能展現如此的功能。

修道修心，修心淨心，都是由自己在平時生活中，面對人事物時，一點一滴去學習，一而再再而三，不斷來回去磨練，不能起厭倦心，不能有煩惱心，直到千錘百鍊而依然能夠保持清淨心，才能成就正道。古佛有一篇《修道十二心》之文，可為我們修道的參考：

存天心，立志學聖；慈悲心，救渡眾生；
積極心，心要持恆；真誠心，待人謙恭；
感恩心，心無怨憎；活潑心，處世圓融；
謙和心，培養德性；希望心，迎向光明；
寬廣心，一切包容；精進心，寢饋其中；
平等心，保持公正；喜捨心，眾善奉行。

26 必朝服而朝

【原文】吉月，必朝服而朝。

夫子必於每月初一　穿著朝服向北行禮
態度嚴謹跪拜君王　從不間斷誠心誠意

孔夫子接著又說：遇到喪事，不敢不盡全力去處理，平時不被飲酒所困擾，這些事怎能難得倒我呢？

生而歡喜，是因新生命降臨人間；死而悲傷，是相聚已久的親友離開我們。如此的情狀，乃是人之常情。因此有同情心的人，遇到親友有喪事時，都應該盡力去幫助，並安撫其悲傷的情緒，以展現仁慈的本性。縱使遇到不認識的人在辦理喪事，也應該致上自己一分的哀敬，所以《論語・子罕篇》記載：「孔夫子遇到穿喪服的人、穿官服

的人，及盲眼的人，在遇見的時候，對方的年紀雖小，必定站起來，經過他們的面前，必定快步前進，以表示尊敬。」能夠將慎終追遠的喪事處理得好，民風道德自然能夠敦厚，這是穩定社會的一種作為。

「死者為大」是古來建立的一種觀念，因而身為領導者，在親臨治喪時，必須要有誠敬莊嚴的態度，才能以誠心感動百姓，並作適時的教化，絕對不可在臨喪時，表現言行輕浮，這是對死者及喪家的大不敬，會引發百姓的反感，增加執政上的困難。是以孔夫子在《論語．八佾篇》說：「居在上位的人，如果不能以寬容厚愛，對待下位的人；奉行禮儀時，不能夠莊敬嚴肅；親臨喪祭時，不能表達哀傷之情，這種人我怎麼能夠看得下去呢？」

治喪之舉，必以誠敬，表達心中哀戚之情，並非藉此以炫富或展現威勢，因而孔夫子在《論語．八佾篇》回答林放問禮之本時說：「你提的問題，意義非常重大啊！禮儀貴在中和，如果只求過分的鋪張，倒不如節儉；舉辦喪禮，如果只求場面豐盛的擺設及多變化，倒

不如內心表達哀戚。」

佛陀曾在祇園精舍說飲酒三十五害：

1、耗竭財物；2、眾病之門；3、紛爭根源；4、醜態百出；
5、醜名惡聲；6、蒙蔽智慧；7、該得不得；8、難守秘密；
9、諸事難成；10、憂愁根源；11、身力轉少；12、健康受損；
13、不知敬父；14、不知愛母；15、不敬沙門；16、不敬婆羅門；
17、不敬尊長；18、不敬佛；19、不敬法；20、不敬僧；
21、與惡人結黨；22、遠離賢善；23、做破戒人；24、無慚愧心；
25、不節情慾；26、縱情聲色；27、被人憎惡；28、親友厭棄；
29、多行不善；30、捨棄善法；31、明智者不信；32、遠離涅槃；
33、易成狂癡；34、終墮地獄；35、成為愚癡。

雖然適度的飲酒有益健康，但必須謹慎，一不小心，容易酗酒，足以傷害身心靈。古人有《酒色財氣歌》說：「酒是穿腸毒藥，色是刮骨鋼刀，財是下山猛虎，氣是惹禍根苗，看來四字有害，不如一筆勾銷。無酒不成禮儀，無色路斷人稀，無財世路難行，無氣倒被人

歟，看來四字有用，勸君量體裁衣。」成事壞事皆因酒，是以當要謹慎裁處。《論語・鄉黨篇》載：「惟酒無量，不及亂。」說明了飲酒的原則，以不達於酒醉而胡言亂行為宜。

至聖先師孔夫子知大道明真理，並善於應用在日常生活中，在食衣住行方面都能恰到好處，所以在此說：「喪事不敢不勉，不為酒困，何有於我哉？」其平日的一言一行，都堪為我們行事的準則。濟公活佛有《道在哪裡》之好文一篇，可為我們修道的座右銘：

人生在世上的生命是有限的，你還可以這樣浪費嗎？
每天掛著空名修行，沒有把道帶入心靈，沒有把道帶入家庭，沒有把道帶入社會，又如何交旨呢？
不要將來墜入痛苦深淵後，怨天尤人。
不要再怨為師，為師好話已說盡，
是徒兒不能好好斂容，右耳進左耳出。
這為何？再強調，道在哪裡？道在自身。

27 齊必有明衣

【原文】齊，必有明衣，布。

孔子齋戒必先沐浴 一切程序合乎規矩
所用材質麻布所製 衣服明亮潔淨合律

孔夫子於齋戒期間，在沐浴後，必定穿著明亮且潔淨的衣服。

「齊」，即齋也，就是齋戒的意思，古人在祭祀神明之前，必定要先齋戒一番，與神明相接，必須身心靈都要潔淨、莊嚴，以表示對神明的恭敬，才能達到齋戒的效果，才不會因褻瀆神明帶來不祥的災禍。齋戒除了沐浴身體，洗除污垢之外，必須改變平常的飲食習慣，以及改變平時的居住場所。其中之一，就是要換上明衣。

所謂的「明衣」，依據《皇疏》所載：「齋戒時所著之衣也，

沐浴後身體未乾，還不能穿著好衣，又不可以袒露身體，所以用布為衣，有如衣衫而比身體長些，穿上它以等待身乾。」這明衣是用麻布做的。

齋有衣齋，有身齋，有心齋……多種的齋，但必須依情況而去做為，才能得到良好的效果。《莊子・人間世》記載：顏回請教孔夫子侍奉衛君的方法，孔夫子說：「齋！也就是要清潔己身，才能對待衛國那個暴君。現在你的心中堆滿了成見的垃圾，不掃除成就就想去糾正暴君，如此輕舉妄動是不可以的。」顏回說：「我家貧窮，已經數月不沾酒葷了，當然已經齋戒了。」孔夫子說：「那是祭神的齋戒，不是心齋。」顏回說：「要如何做到心齋呢？」夫子說：「要做心靈的大掃除，首先要做到意念專一，停止浮念，然後關閉耳朵用心聽。用心聽的步驟，先用意識心去知覺外境，然後斷絕意識活動，不用心聽而用氣聽，用氣聽就是用心靈去感悟大道的存在。為什麼不用耳聽呢？因耳朵只能聽迴響的聲音，功能有限。為什麼不用心去聽呢？因

為心只能感觸迴響的存在，功能仍是有限。氣，又稱靈性，乃是一片光明的虛空，功能特大，能容納大千世界。心靈能夠淨化，掃除了諸多的成見，大道的妙用，你便能覺悟了。我所說的心齋，就是保持心靈的空虛。」

佛家要做到齋戒，先由淨身開始，做到非禮勿動；再來做到淨語，做到非禮勿言；再來做到淨意，要做到非禮勿思。如此淨身、淨語、淨意，最後才得以做到身口意淨空。本章所言「齊，必有明衣，布」，乃是淨身的部分。由外而內，依序漸進，從修身到修心，從修心到修靈，從修靈到修神，從修神到修性，如此找回自己清靜的本性，才得以歸入真理大道，常住自性的本位。

修道由外往內修，以淨化心性為主要，如此得以返本歸源；凡業以獲得名利情為主要，如此才會繼續輪迴。修道歸本，首要勤修善業以積德，累積回天資糧，古佛有《勤修善道》之文可供修行參究：

勤修善道　齊駕法航九六齊渡
勤修善道　心懷感恩吳有怨妒
勤修善道　返璞歸真龍華會赴
勤修善道　齊心戮力推動道務
勤修善道　內外兼修歸根認母
勤修善道　滌除玄覽見素抱樸
勤修善道　胸懷大志大展鴻圖
勤修善道　孝順父母兄弟和睦
勤修善道　為道付出莫忘囑咐
勤修善道　三施並行功德積儲
勤修善道　齊心打造彌勒淨土
勤修善道　莫忘初衷真人做主
勤修善道　吃苦了苦步入坦途

28 齋戒必變食

【原文】齊必變食，居必遷坐。

齋戒時期變更食物　葷食不食一定吃素
並且還要遠離酒色　居所遷移清淨之處

孔夫子在齋戒期間，必定變更葷食而吃素食，遠離酒色混雜之地，移居到清靜的地方。

古代齋戒是非常莊嚴肅穆的儀式，要祭拜天神或祖先，必須要先行準備的項目，以表示對神明或祖先的敬意。所謂的「變食」，就是齋戒時，不能喝酒、吃肉，並要戒五辛，不食五葷，以保持嘴巴的乾淨。蔥、蒜、韭菜等葷菜及五辛味，還有吃肉，都會在口裡留下臭味，為了齋戒期間保持清潔，所以不吃。所謂的「遷坐」，就是起居

處要換一個清淨的處所。

清朝金鶚在《求古錄禮說》敘述：「古人將要祭祀，必先齋戒。所謂的齋戒，就是要保持精明的狀況與鬼神相交往。所以君子的齋戒，要沐浴以清潔其身體，嚴肅以澄淨其心性，不與妻子行房，不聽音樂。居住要遷到寢室外，所穿的衣服，必須是明衣。」在吃東西方面也要講究，不能發出臭味，因其味濁足以亂我的清氣，所以要戒。這些細節，一般人不以為意，但孔夫子對於齋戒前的一切準備，都持著嚴謹、守禮、誠敬的態度，一點也不會鬆懈。

達摩大師在《破相論》說：「所謂的『齋』，就是整齊的意思。所以持齋守戒是用來端正身心，不使身心散亂。所謂的『持』，是護持的意思。所以對種種的戒行要設法去護持。對外必須禁制六根所生的情識，對內必須制伏三毒，勤於覺悟觀察，淨化身心，能夠了解如此的含意，名叫『持齋』。又所謂的『持齋』，食可分為五種：第一種是法喜食，就是所謂的依持正確的佛法，以歡喜心去遵奉實行。第

二種是禪悅食，就是內外都要澄澈寂靜，身心都能喜悅歡樂。第三種是念食，就是所謂的經常念念不忘諸佛，心與口要能相應。第四種是願食，就是所謂的在行住坐臥時，經常心求善願。第五種是解脫食，就是所謂的心要經常保持清淨，不要被俗塵所污染。這五種食，名叫『齋食』。如果有一些人，不食如此的五種淨食，卻自己說是持齋，都是不對的。」

真正修行人，在平時的生活中就能持此心齋，如果不能明白這個道理，常使自己身心放縱外逸，造成種種罪惡，貪著慾望恣意妄為，不知慚愧還說持齋，必然沒有此事。古佛有《勤修善道》之文，為我們修道之佐證：

勤修善道　關愛成全善言口吐
勤修善道　六度萬行去除三毒
勤修善道　扶圓補缺人虧天補

勤修善道　執著放下妄念刪除
勤修善道　超凡脫俗方是賢徒
勤修善道　歡喜付出無有怨怒
勤修善道　明心見性本心守住
勤修善道　能行大愛使眾離苦
勤修善道　素位而行大任擔負
勤修善道　佛規謹遵言行相顧
勤修善道　天地鼎爐煉就功夫
勤修善道　大肚能容謙沖自牧
勤修善道　心寬路廣莫忘慎獨
勤修善道　一心追隨前人腳步
勤修善道　心存悲愿心懷忠恕
勤修善道　效天法地厚德載物

29 食物不厭精

【原文】食不厭精，膾不厭細。

孔子吃飯慢嚼細嚥　肉片切細入口方便
各個方面注重細節　講求健康合乎要件

孔夫子吃飯的習慣，一定細嚼慢嚥，所吃的肉塊，要切的越細越好。膾，讀快，是切細的肉絲。

為了生存必須養活色身，飲食是養活色身的重要條件。沒有健全的身體，想要做一番事業，實在非常的困難，因而平時對於身體的保養，飲食的衛生，必須要用心去養護。「食不厭精，膾不厭細」，歷來有解讀為孔夫子對於平時生活中飲食的要求，也有解讀為夫子對祭祀供品的要求，認為祭祀的食物，不能像平常的食物去處理，為了表

達對祖先及天地神明的敬意，祭祀所使用的米，必須選飽滿完整而沒有缺壞的，儘可能做到精細；祭祀的肉品，儘可能切得薄與均勻。由於對食物原料與加工，非常講究潔淨與切割方式，都是依據祭禮的食規，這完全表現出對祖先、神明的虔誠，如此才能達到儒家所發揚的精神。

祭祀祖先與神明，心誠則靈，不誠不足以表達尊敬，是以《中庸》記載：「孔夫子說：『鬼神的德行，可說非常盛大啊！看也看不見，聽也聽不到，卻都體現在萬物上，使人無法離開祂。』這使天下的人都要以齋戒沐浴的清淨心，穿著莊嚴肅穆的盛裝，來參與祭祀大典。鬼神的盛德，讓我們感覺在上面，充滿在我們左右。《詩經・大雅・抑篇》說：『神明的降臨是不可揣測的，怎麼能怠慢不尊敬呢？』從隱微到顯著，這整個過程都非常真實，是如此的不可掩蓋。」鬼神是無所不在，因而祭祀的過程，都應該要全神貫注，如臨深淵如履薄冰，不能稍有恍神疏忽，那就不敬了。

道在日常生活中，凡人日用而不知，因而容易造業；聖人能夠深入體悟而徹知，因而戰戰兢兢，深恐有誤，如此正可以啟智善行而積德。是以孔夫子在《中庸》說：「大道從來沒有遠離我們，是因為世人不明大道，才使大道遠離我們，是以難於依大道而行事。《詩經・豳風・伐柯篇》說：『削木作新的斧柄，只要拿著舊斧柄在眼前參照，就不會失去準則。』拿舊斧柄做樣品，去做新的斧柄，如果稍微看走眼了，也很容易與原斧柄大不相同。所以君子要以人倫道德來治理百姓，只要能夠改正向善就可以了。只要能推行忠恕之道，離大道也就不遠了；只要自己不願意做的事情，不要強加在別人身上就是了。樂行君子之道要有四項，我孔丘連一項也沒能做到：所希望兒子要事奉父親的，我沒能做到；所希望臣子要侍奉君王的，我沒能做到；所希望弟弟要侍奉兄長的，我沒能做到；所希望朋友要對待我們的，先以此對待朋友，我沒能做到。平常的品德，要努力去實踐；平時的語言，要能夠謹慎。如果還有不足的地方，不敢不勉勵自己；

如果還有餘力，不敢不盡力去學習。說話時要顧慮到行動，在行動時要顧慮到所說的話，必須做到言行一致，如此的君子怎會不忠厚老實呢？」誠信是為人的根本，何況要成為聖賢，對於平時的生活，待人處世以及參與祭祀活動，怎可不盡心盡力呢？

修道在日常生活中，對於一切的活動，都應該要誠心誠意。只要有誠信，心中必然存有天真。每個人都有天真的一面，只因俗事的干擾造成心性的污染，所以難以展現本性的特質，先賢有《樂觀積極》之文，可為修行參考：

修道是樂觀的，辦道是積極的，修行的心靈是健康的。
在你為眾生服務的過程當中，心情是喜悅的。
哪怕別人受益，你吃苦，內心還是那一份喜捨。
那就是佛菩薩的心境，只顧眾生得安樂，不為自己著想。
你能這麼想，你的心就快活了，精神層面就高超了。

30 色惡臭不食

【原文】食饐而餲，魚餒而肉敗，不食；色惡，不食；臭惡，不食。

食物敗壞就不再食　魚肉敗壞食必有失
肉色變壞將它丟掉　氣味發臭不食才是

孔夫子對於放了太久，已經不新鮮而變味的飯，或者是魚肉已經腐壞，就丟掉不吃了；對於肉色已經變壞了，也丟掉不再吃；氣味已經發臭，都要丟棄不吃了。「饐」讀億，食物腐敗發臭的意思。「餲」讀愛，食物經久而變味。「餒」，魚腐爛而變質。

每個人生活中的食衣住行育樂，是養護身心靈的重要內容。身心靈的健康，除了要攝取新鮮的食物以養身以外，還要時時去除心

物以養護心性。在此孔夫子記述了其養生的方法，肉品腐敗了，就不吃；飯受到溫熱天氣的影響而變餿味了，也不吃；魚肉腐爛敗壞了，也不吃；食物放久顏色變了，已經不新鮮了，也不吃；食物已發出臭味了，顯然已經腐壞了，所以也不吃。因為這情況的食物，吃到肚子裡，容易產生病變，傷害身體。

對於食物的衛生，孔夫子是很講究的。當然對於心靈的淨化，也是生活中非常重要的一環。再進一步談談《莊子・人間世》有關心靈淨化的「心齋」，顏回問孔夫子，什麼是「心齋」？孔夫子說：「首先要能專心一志，不要用耳朵去聽聲音，而是用心去聽聲音；進而不是用心去聽聲音，而是用真氣去聽聲音。耳朵僅能用於聽外物，心僅能用於感應現象，但是真氣是虛空的，可以容納一切萬物。大道就存在這虛空之中，而能夠達到這種虛空境界的，就是心齋了。顏回接著問說：「我剛開始未聽過『心齋』之說時，覺得我這個人是實實在在的，等到聽到『心齋』之說時，顯然覺得不曾有顏回這個人，這樣可

以說是虛空的境界嗎？」孔夫子說：「這就夠了，你能遊走名利的範圍而不為所動，在上位者願意聽你的，就慷慨陳述，如果聽不進諫言，就不再多說。不立門戶，不設壁壘，使寧靜的心靈處於不由自主的狀態，那就非常接近大道了。要不走路很容易，但走路卻不留下痕跡就不容易了。一旦人被情慾所驅使，就容易做出違反本性的事情，如果能夠順應自然，就不會如此了。」

世人之所以煩擾不安，乃是由於受到外境的影響，產生貪婪的慾望，從此就難以解脫，無法成為自己的主人，卻成為慾望的奴隸，生生世世難以解脫。瑤池金母為靈性之母，深恐靈兒受到誘惑而沉淪於苦海輪迴中，所以在《普渡收圓定慧解脫真經》教導我們解脫之道說：「其實解脫並不是很困難的事情，困難在於定慧上。如果身心能夠生大定力，就能生智慧，只要智慧生出，解脫就容易了。想要明白解脫之道，先要除去六賊：就是耳不要貪聽聲音，眼不要貪看色相，身體不要接觸污染的環境，心不要貪著外物，鼻不要貪嗅味道，口不

要貪吃食物。如此六賊可以放空，五蘊中的『色』自然能夠明白，其餘的受想行識，就如同從鏡子中看到影像，非常清楚卻都是虛假的。五蘊既然已經明白，身心靈自然會合在一起，精氣神自可長養而靈活應事，使得上下都能通達，此時解脫有何困難呢？」

吃要懂得注意衛生，身體自然健康；平時要能淨化心性，心性自然健全而靈活。自古以來，諸佛菩薩諸天聖真，留下許多聖典慧言，不外乎提醒我們修道要從淨化心性著手。《道德經》五千餘言，老子不外借此教導我們「無為不爭」；《金剛經》五千餘言，世尊借此教導我們「看開放下」。在此古德有《看開放下》一文，可以參考：

人生是一場悲歡離合的相聚，是一個假景，緣聚緣散。

不要太執著，你才不會落入因緣的圈套。

無情當中就是有情，所以你要看得開、放得下。

31 割不正不食

【原文】失飪，不食；不時，不食；割不正，不食。

烹飪太生太熟不食　進食時間必須合時
不吃切割不正之肉　夫子飲食要求合適

孔夫子對於煮的食物，過於生硬或爛熟，都不吃；不是進食的時間，也不吃；沒有切得方方正正的肉。也不吃。

所謂的「飪」，讀認，煮熟的意思。失飪，指火候不足，食物沒有煮熟，呈現生硬難吃，不好消化。不時，指不合時宜的食物，或者指不是吃飯的時間。割不正，是指沒能按照正規的方法切肉。不依正當的方法所殺的肉，也稱為割不正。依當時的禮儀規定，祭祀時對於牲禮的脊脅臂等部位切割和選擇，有嚴格的規定，站在士、大夫的立

場，所分到的肉，如果不合規定，就是不正。失飪的食物，或者不合時宜的食物，或者不是用餐的時間，孔夫子的飲食習慣都不吃，恐怕會傷害身體影響健康。割不正的肉品是不合禮制，孔夫子非常重視禮儀，當然就不去食用了。由此可見，孔夫子平時的生活習慣，都離不開中庸之道，不論從衛生方面或禮制方面，都是要做到適當的程度。

古來聖哲的言行，都有一定的準則，並且體現在生活的細節上。要能做到合乎中庸之道，當然必須開啟人人本具的智慧之門，讓本具的聖性能自然流露，才可以做到「不勉而中、不思而得、從容中道」。因而平時在生活中，都要能夠修身修心，才得以豁然貫通找回本性發揮智慧。因而我們要找回本性的智慧，當從往聖先賢的言行威儀中去探究學習。《大學》載：「《詩經‧周頌‧烈文篇》說：『啊！周文王、周武王等前聖王，其德澤豐盛，難以讓百姓忘懷啊！』這是說明文、武二聖王的德澤，使得其後代的子孫，都能以其為榜樣，學習其作風，照顧好其親人；也使得一般的平民百姓受其德

澤的庇護，得以享受安居樂業。雖然前王已經謝世，但後代的子民對其恩澤，仍然永記心中不能忘記。《尚書・周書・康誥篇》說：『要能發揚光大本性的美德。』《尚書・商書・太甲上篇》說：『要時常念念不忘上天所賦予的本性。』《尚書・虞書・堯典篇》說：『要能夠發揮至高無上的本性美德。』這些都是在提醒我們，自己要弘揚光明本性所具有的美德。」

食物以養護身體，道德以頤養本性，如此才得以使身心健康，家道才能正常，社會才會安定，國家政治才會上軌道。是以《易經・頤卦》說：「頤養聖德的方法，在於能夠固守正道，並且多學習聖哲的頤養品德，時時自我反省並充實自己。《彖辭》說：『頤養性德要能固守正道，從培養正道中獲得吉祥。觀察聖哲頤養品德的方法，自己要經常反省，並加充實以自養品德。天地有養育萬物的恩澤，聖人則以培養賢人及化育萬民。可見頤養之道，對於我們平時的生活有非常重大的意義。《象辭》說：『啟動靈山的智慧能量，能夠如雷貫

耳喚醒本性，以此頤養品德。是以君子觀察此卦，體悟平時在生活中要謹慎於言語，不要惹禍；並要為了身體的健康，節制飲食，以免生病。』」小心病從口入，禍從口出，張口當要謹慎，以免給自己帶來麻煩事，使自己困擾不已。

修道在平時生活中，自己的身口意就是修行的道場，能夠深入體悟者，當懂得修行是在每天的言行舉止下功夫，並非要在特別的場所去展現修道的表相，以取得別人的讚賞，如此不實際的修行，實際上是沒有意義的，一不小心還會誤人誤己。真修者當體悟古德所留下《慈悲喜捨》一文：

只有奉獻沒有條件之謂慈，慈心圓滿時才能常轉法輪；
只有犧牲沒有自己之謂悲，悲心自在時才能利益眾生；
只有義務沒有權利之謂喜，喜心滿意時才能恆順眾生；
只有付出沒有佔有之謂捨，捨心無執時才能健美善真。

32 不使勝食氣

【原文】不得其醬，不食。肉雖多，不使勝食氣。

孔子進食注重醬料　醬料配食必有巧妙
肉類雖多不超主食　健康飲食必須知曉

孔子用餐，如果沒有適當的醬料，也不吃。餐桌上的肉類雖然多，但不可以比主食還多。

講究食物的營養，必須要懂得搭配，注意營養身體，才能吃出美味與健康，才不至於在每天的飲食中吃出毛病，本來以吃東西來延續生命，以做出有益本身的健康及利益大眾的事情。絕對不要因為貪吃美味，或滿足自己的慾望，傷害自己的身體，又損自己的品德。我國從西周開始，被稱為「禮儀之邦」，這禮儀不但反映在社會的等級，

連衣食住行都有相當的規定。然而到了春秋時代，諸侯爭權導致禮崩樂壞，孔夫子看在眼裡，雖然想盡辦法要去改變，奈何無力挽回，也只能在自己的能力範圍嚴守禮儀而已。

對於「醬」的講究，我國在先秦時代就已經有所涉及，《清異錄》概括說明醬的地位，說醬是八珍的主人，八珍是指美食而言。醬對於美食就是統帥，三軍沒統帥必敗，美食沒有醬就沒味道了。《說文解字》對「醬」的解釋：「醬，從肉從酉，酒以和醬也。」說明當時的醬，不僅有肉，還要用酒調和。當時醬的做法，依據鄭玄在《周禮註疏》說：「肉煮熟後，要切成塊曬乾，再把它剁碎，與酒麴等攪拌，加上鹽，用酒浸一下，然後密封於甕中，經過一百天左右就做成了。」當時候周天子都會準備一百二十甕的醬，這是因吃的食物不同，所用的醬料也不同，《禮記》記載：「吃魚要沾卵醬，吃鱉要用肉醬，吃肉乾條要配蟻醬，吃肉羹要配兔肉醬，吃麋肉要用魚醬，吃魚肉要用芥子醬等。」孔夫子在此說「不得其醬，不食」，除了講究

美味之外，也是遵循禮制。

「肉雖多，不使勝食氣」，所謂的「食氣」，是指主食的氣味，這是孔夫子用餐情形的記述，肉類是副食，是屬於酸性容易腐壞的食物，所以不宜多吃，不能比主食吃得多，為了身體的健康，還要配一些蔬菜，才是合乎衛生的原則。不要為了嗜好食肉，使得營養失衡，必然有害身體的健康。所以也是提醒我們平時所吃的東西，要適量並注意身體健康為主要。

身體攝取營養，是孔夫子平時所講究的，但對於道德的教育，禮樂的教化，以及心性的淨化，也是養生非常重要的原則。修身的重點在修心，因而《大學》載：「所謂的修身，要從端正心念著手。如果身心有所忿怒，就不能夠端正；如果身心有所恐懼，就不能夠端正；如果身心有所偏好，就不能夠端正；如果身心有所憂患，就不能夠端正。身心不能夠端正，是由於心神不在身上。雖然眼看東西，卻看不見；雖然耳聽聲音，卻聽不到；雖然口吃東西，卻不知其味道。

這是由於身心無法產生正常的作用所導致，所以說修身的根本在正其心。」

佛學讓我們充實佛教中相關的學識，但學佛更能讓我們接近佛的本質，幫助我們找回根本的佛性。道學讓我們知道許多修道的境界，但也要真正用心去學道，才得以明白其中的奧妙。因此在生活中要覺醒，必須經常自我反省，有錯即改，才是真修行人。古佛有《改變自己》的好文一篇，供修道士參考：

意見跟我不同，不代表絕對的對與錯。

每一個人有每一個人的思想，每一個人的生活方式。

不要硬要改變別人，你要先改變自己；

硬要改變別人，那生命對你來說，是一種懲罰。

你看到別人，不能順你的意的時候，你就生氣；

你一生氣，就沒有祥和可談，就沒有安詳的心態。

幸福就離你而去，就離你遠了。

33 酒無量不亂

【原文】惟酒無量，不及亂。

孔子飲酒雖無定量　注重健康以把身養
不因過量胡言亂語　如此作為甚為吉祥

孔夫子對於飲酒的態度，雖然沒有一定的限度，但以不喝醉以至於胡言亂行為適宜。

中國關於酒的文化，可說是源遠流長，早在夏朝禹帝時，有一位叫儀狄的人創造出酒以後，有人獻給了禹帝，禹帝第一次喝到那麼好喝的東西，於是喝了很多，過不多久覺得頭昏四肢無力昏昏欲睡，甚至到了隔天還起不了床，因而耽誤了早朝處理國家的大事。於是禹帝當下感到，酒雖然好喝，但實在容易耽誤正事，於是頒布中國歷史

上第一道的《禁酒令》。然而從歷史上來看，民間有「無酒不成宴」的說法，因而酒席文化就在中國社會流傳數千年以至於今日，非常風行。雖然如此，酒色財氣也成為人生四戒之首，而且歷代來，無論是君王或大臣，無論是士農工商的職業，因為酒醉而誤事，造成身命財產名譽的受損，大有人在。由此可見，飲酒這事是好是壞，全憑自己去判斷應用了。

適量的飲酒，可以舒筋活血，強身健體，增加友誼，調節氣氛；還可以激發人的創作與想像力，古來文人墨客，與酒有相當深厚的淵源。在孔夫子的時代，喝酒健身，也是一種交際上的禮儀，但他喝酒有一個原則，喝再多的酒以不喝醉為原則。可見其對酒的控制力是很強的，算得上是理智型的喝酒，因而孔夫子在《論語・子罕篇》說：「出外從政當官盡力去侍奉公卿，回到家中盡心侍奉父母兄長，遇有喪事不敢不盡力去處理，不被飲酒所困擾，這些事情怎能難得倒我呢？」

佛家五戒為殺盜淫妄酒要戒除不可為，不殺生以行仁德，不偷盜以行義德，不邪淫以行禮德，不妄語以行信德，不飲酒以行智德。佛家能守五戒，即儒家守五常德。在佛家的《四分律藏》載有飲酒十過：「一、顏色惡：飲酒之人，言貌容色，因之變常，無有善相；二、下劣：即飲酒之人，威儀不整，舉動輕薄，人所賤惡；三、眼視不明：即恣意飲酒而狂癡瞻視，昏昧不辨色境；四、現瞋恚相：即飲酒之人，行不善法，不顧親屬賢善，隨意忿怒；五、壞田業資生：即恣飲放逸，破壞產業，散失資產；六、致疾痛：即飲酒過度，則身體失調，以致疾痛；七、益鬥訟：即醉酒發狠，與人爭競，不惜身命，而鬥訟益增；八、惡名留布：即飲酒之人，多棄捨善法，而醜名惡聲，流布遠近；九、智慧減少：即飲酒昏迷，愚癡狂妄，而智慧減少；十、命終墮惡道：即邀朋飲酒，不修善行，則惡業日增，命終墮落於惡道。」

如今雖然嚴禁酒駕，但仍有人不在意，仍然飲酒過度，造成家

庭悲劇，還經常醜態百出，多所損害，不知節制，最終造成害己害人之舉，還會造下累世的罪業，成為輪迴不完的原因。真正修道士，如果沒有孔夫子的酒量，更沒有其定力，容易在杯酒下肚，酒精影響頭腦，造成昏沉而失去智慧，胡言亂語不但損己且有傷於人，是以有志於修行之士，平時生活當要謹慎，寧將時間精神花在淨化心性培養德量上，不要貪杯而成為癮君子，使自己的品操德行毀於一旦。當善用眼前周遭的一切，使能有所獲益而不造成損失。古賢有《捨得》一文，可供我們生活中的參究：

在沒錢的時候，把勤捨出去，錢就來了，這叫天道酬勤；
當有錢的時候，把錢捨出去，人就來了，這叫輕財聚人；
當有人的時候，把愛捨出去，事業就來了，這叫厚德載物；
當事業成功後，把智慧捨出去，喜悅就來了，這叫德行天下。

34 市脯酒不食

【原文】沽酒、市脯，不食；不撤薑食，不多食。

> 不吃市場販酒肉乾　餐桌備薑飲食清淡
> 飯菜酒食不曾過量　孔子飲食不曾有貪

孔夫子對於菜市場買來的酒或肉乾，通常不吃；吃飯時，一定有薑配食，不曾撤除，但也不過量。

我國在西周時，人民對於飲食已經有相當的講究，而且在飲食的文化也豐富多彩，對於蔬菜水果的保存方式，也出現多種的變化，有如在太陽下晾曬，放入冰層中保鮮，還有用釀造、醃製的方法，以延長保鮮期。從本章所言「沽酒、市脯，不食」之句來看，孔夫子對於飲食的清潔乾淨以及衛生是非常講究的。當時西周對於食品官方都

有嚴格的制度管理，到了東周後，社會情況有所改變，許多國家統一製造的東西，漸漸轉到了民間，民間可以自己釀酒，自己可以製造肉乾，由於製造人的品質不一，所使用的原料不等，所製造的方法各異，衛生管理出現很大的漏洞。依據古書記載，當時的人不是自己釀的酒不敢喝，不是自己製作的肉脯不敢吃，因為不知道是用什麼肉做的，也不知道在製造的過程是否衛生，所以才有此句的記載。

「不撤薑食，不多食」，從此句可以了解孔夫子對於飲食不但很講究，而且還很有研究。深知薑對於身體的作用，薑性溫熱，可以助陽、溫中、散寒、祛溼，很適合男人吃。但薑性溫燥容易傷陰，所以不能多吃，因此在食用時要適可而止。朱熹夫子對此句的說明：「薑可以通神明，去除穢惡之氣，所以用餐時不撤除；吃食物適可而止，不要貪吃。」

養生之道以身心為主，身體的養生與食物的營養衛生有關，心靈的養生必須要靜心。黎山老母在《明燈真經》說：「所謂的『靜

心』，萬念不生叫做『靜』，一塵不染叫做『清』。想要見本性，心就必須要靜，心不能平靜，雖然參悟禪理，也難以通達神明。想要明白此心，務必要本性光明，本性不能光明，處理事務難以獲得利益。先天的本性本來清靜沒有污染，後天的心念容易受到情慾的污染。『靜』這個字，其中所蘊藏的妙理無窮盡。養護本性克除私慾以回復先天本性，必須要消除邪念；修鍊本命可以保全後天的性命，務必要靜心體悟玄妙神功。佛家說『明心見性』，沒有『靜』就不能明心與見性；儒家說『窮理盡性』，沒有『靜』就不能窮理與盡性；道家說『修真養性』，沒有『靜』就不能修真與養性。所以說定靜的功夫，乃是佛儒道三教修成正道的命脈。」可見修道修心，必須要靜心，才能有功。

　　心性清靜元神就會清明，心性擾動元神就會昏亂。塵埃沒有風怎會揚塵，心中沒有慾念心性自然平靜。非禮勿視可保眼根清靜，非禮勿聽可保耳根清靜，非禮勿言可保口業清靜，非禮勿動可保身業清

靜。心性為一切的根本，諸苦也從心性所生，想要清除人間諸苦，當從靜心開始。心有慾念必須清除，心有妄念必須消除，心有私念必須戒除，心有貪念必須滅除。雜念盡除私心盡消慾念除滅，心性上的真陽之正氣才會回歸，陰氣自然消除。先賢有《了苦》之文一篇，有空不妨仔細體悟一番：

人生不過也是如此，為了何故勞碌奔馳？
難道別無他路，走向了虛榮路途；
旅程有甘有苦，充滿了悲歡離合。
惟有惟有淡淡情愁，磨滅了今生世。
修道人人都有我一份，唯愁沒有向上追求的心。
如果有一點真心，何論王子公孫？或者鄉僻出身？
你我他靈性同根，仙佛神聖凡夫可成，按功過定位品。

35 出三日不食

【原文】祭於公，不宿肉。祭肉，不出三日；出三日，不食之矣。

參加公祭不食宿肉　祭肉三天恐生腐臭
超過三天此肉不食　食物保持夫子明透

孔夫子參加公祭，所分得的生肉，不留到第二天。所分得的祭肉，保留不超過三天；如果超過了三天的祭肉，就不再吃了。

古時候士大夫等參加國君舉行的祭祀活動，君王將祭祀的肉，在祭祀完畢後，分發給臣下，叫做「胙」，這祭祀的肉從宰殺到祭祀完畢，都已經過一兩天之久了，已經不新鮮了，所以拿回來後，趕快分給親戚朋友左鄰右舍，或者自己吃，但要在拿回來的當天把它吃完，以防其敗壞腐爛，所以朱熹夫子說：「助祭於公，所得胙肉，歸即頒

賜。」

所謂的「祭肉」，是指家祭的肉品，一定要在三天內吃完，因為過了三日，這祭祀的肉品一定敗壞，如果人不吃，則又有褻瀆鬼神之慮。所以家祭的肉品，為了衛生且不浪費，又不褻瀆鬼神，最好三天內要吃完，如果吃不完就敗壞了，必須扔掉，不可以再吃了。

無論公祭或家祭的肉，除了遵守禮儀規定之外，食用之時，也要注意衛生，不要為了節儉，結果讓身體吃出毛病，花在醫療的錢更多，那就不合乎經濟原則了。是以祭肉該丟與不該丟，如何處理才能發揮最大的效益，在這其中也是學習的機會，處理事情也要合於中道，那才是最有智慧的處事方式。平時要如何做到修身以作為齊家的基礎，也是在生活中的點滴去磨練。《大學》說：「所謂齊家要從修身開始是有其道理的：因為世人對於自己所親愛的人，容易產生偏愛；對自己所厭惡的人，容易產生偏恨；對於自己所敬畏的人，容易產生偏從；對於自己所憐憫的人，容易產生偏心；對於自己所輕視

的人，容易產生偏見。因而天下間的人，喜愛一個人又能發覺他的缺點，厭惡一個人又能發現他的優點，這種自然就少見了。所以有句諺語說：『世人大多溺愛自己的孩子，因而看不到他的壞處。由於求功心切，經常不滿意自己的莊稼長得美好。』所以說本身沒能修好，是沒辦法將家庭治理好的。」

每天三餐看似平常，卻是身體健康基礎所在。天天待人處事好似平常，卻是修身養性重要的場合。只要在面對事情稍有疏忽，有時驚覺到要挽救為時已晚，所以必須要戰戰兢兢，才是立於不敗之地的原則。每個人的出生點都是家庭，從小在家庭環境成長，因而家教是我們一生成長最重要的因素，國家是否能夠強盛，與其統治下的家庭息息相關。《大學》說：「所謂治國必先從齊家開始是有其道理的：如果連自己的家庭都管理不好，卻能夠教好他人，那是不可能的事情。所以一位君子在還沒出外服務社會以前，就必須先做好治理國家的準備。在家做好孝道，出仕就能侍奉好君王；在家能做好為人兄弟的悌

道，將來出仕就能與同事和諧相處；在家能做好為人父的慈祥，將來出仕就知道如何使喚人。」

平時生活是我們學習做人做事的最佳場所，更是能把修行融入平時生活最好的機會。因而每個人在生活中的食衣住行育樂，都有養護身心靈的作用，我們不能夠疏忽而厚此薄彼，產生分別心，那可會因小失大了。古賢有《世間五種保障》一文，可為生活的座右銘：

積善福德能夠保障，因為功果可存；
持戒忍辱能夠保障，因為禍害可遠；
行道濟世能夠保障，因為大德可化；
智慧佈施能夠保障，因為內財可蓄；
修身養性能夠保障，因為聖賢可成。

36 食寢不言語

【原文】食不語，寢不言。雖疏食菜羹，瓜祭，必齊如也。

孔子飯間不曾說話　睡覺時間其言甚寡
食前祭祀誠敬莊重　疏食菜羹簡樸無華

孔夫子在吃飯的時間，不與人交談；在就寢睡覺時，不跟人講話。雖然桌上所擺的是粗淡飲食、蔬菜羹湯，以及瓜果之類，在飲食之前的祭祀，一定保持誠敬莊重的態度。齊，讀摘，同齋，就是齋戒。

「食不言，寢不語」這句話在中國古老的社會就存在，孔夫子為倡導禮儀的聖者，對於平時生活正確的行為，必然會注力去實踐與推展，雖然至今有人不太認同，但就一個人的生理衛生來說，是值得

我們深思與實踐的。就「食不言」來說，人類在進食的時候，消化系統在大腦的統一指揮下，有條不紊的工作，唾液腺、胃腸的腺體不斷分泌消化液，胃腸蠕動加快而促使消化與吸收。如果吃飯時說話，會造成食物未經完全咀嚼就進入胃腸，營養成分難以被身體所吸收。另外，吃飯時高談闊論，或一邊吃飯一邊看書或思考問題，勢必把尚未嚼爛的食物嚥下，加重胃腸的負擔，輕則引起胃病，久之可能造成消化系統的潰瘍，罹患腸胃疾病。同時，一群人在一起吃飯，還大聲說話，必然口沫橫飛，口水亂噴，不但沒有禮貌，也是不衛生。

有關「寢不語」，是說上床睡覺時，不要說話。睡眠是人類生活的一件大事，身體不健康，很多理由指向睡眠不充足，身體疲勞免疫力減退所引起，所以睡眠時間正常佔了一天的三分之一。睡眠可以使一天忙於活動的中樞神經，從興奮到抑制，讓大腦細胞和各器官組織得到充分的休息，徹底消除疲勞，使精神充足，利於隔天繼續活動。如果睡覺前高談闊論，或考慮許多問題，使精神過於興奮，睡前無法

平靜心情，大腦的皮層還處於緊張狀態，使得久久無法入睡，如此不但會影響睡眠的品質，還會影響身心健康。所以寢不語，是要我們睡前平靜心情，並排除頭腦中的一切雜念，如此才容易入睡。同時也顧慮到別人要睡覺，睡前不說話，才不會影響別人睡覺。

「雖疏食菜羹，瓜祭，必齊如也」從這一句話可以理解平時對於食物飲食的態度，雖然是粗陋的糧食，蔬菜做的羹湯，或者一般瓜果之類，在飲食之前先祭祀祖先，以表飲水思源的精神，並且在祭祀的時候，一定要顯得嚴肅而敬重，不會因小事別人沒有注意到而馬虎行事。

對於外在合禮制的規定要遵守，對於內在心靈的齋戒更應該要用心，使得內外如一，依據禮制的規定去實行，以達於合理的規範。有志於修行的君子，當自我要求諸事合於禮制，以禮拜來降伏妄心。達摩大師在《破相論》告訴我們：「所謂的『禮拜』，應當要依從正法，必須內心對於真理本體要明徹，事情要隨著情境作權宜的變化。

道理可行則行該藏則藏，能體會如此的涵義，稱為『依法』。所謂的『禮』就是恭敬，所謂的『拜』就是屈伏。對真性要恭敬，對無明要屈伏，就是所謂的『禮拜』。如果能將罪惡永遠消滅，使善念永遠保存，雖然沒能顯現法相，也叫『禮拜』，這個相就是法相了。」

能有人身是難能可貴的，當要好好珍惜，善用此身在平時生活中，學習聖佛的道理，以回歸靈性本位，這才是真正有智慧的修道士。生活中每個環節都是在調教我們的身心，這機會絕對不能放棄。古佛有《珍惜》之文，有空時不妨多花些時間去探究學習：

珍惜每一個成就自己的考驗

珍惜每一個造就自己的淬鍊

珍惜每一個提升自己的經驗

珍惜每一個改變自己的機緣

37 席不正不坐

【原文】席不正，不坐。

聖者孔子言行表現　端莊高雅不曾隨便
從來不坐不正之席　可見為人公正不偏

孔夫子對於平時的坐席，如果沒有擺正，就不坐。

「席」，一般是指用蒲草編織而成的長方形坐具，春秋時代還沒椅子，都是席地而坐，直到唐宋時，才將坐具漸漸增高。當時的席子是有講究的，席子分別有莞席、藻席、次席、蒲席和熊席等五種，按照等級的不同，所坐的席子就不同，其中熊席是用猛獸皮革製成，供身份最尊貴的人坐。坐席也因尊卑等級不同，其厚度與高度也不同。通常一人獨坐的席子，其地位要高於二人席，二人席高於三人席，以

此類推。

席子上坐的人數越少，鋪得越厚，坐於席子上的身分就越尊貴，依據《禮記‧禮器》所說：「天子之席五重，諸侯之席三重，大夫再重。」身分等級不同，不能隨便亂坐，那是很失禮的。還有席子放置的方位，也是有講究的，在南北向，以西為上；在東南向，以南為上，這在禮制上是有嚴格規定的。合乎禮制的要求，就是席之正，否則就是席不正。聖人的心無時無處都安於正，雖然在這小處的細節上，也是不曾違犯的。孔夫子對於方方面面的禮，事事都嚴格的要求，除了上面的規定，不曾逾越規矩外，就連席子擺放與牆面平行的這點小事，都是一絲不苟的，如果有不正之處，絕對不會姑息遷就。

孔夫子時時刻刻以君子的標準來要求自己，並且講求己所不欲勿施於人，所以他經常以身作則，行為合乎禮儀，如此把學生培養成為君子。如今社會風氣之所以敗壞，就是對於禮制沒有嚴格要求，致使禮崩樂壞，最後把社會秩序沖毀了，從此亂象到處叢生，導致人們沒

有安寧的日子可過。

老子則在《道德經》第三十八章分析說：「當人心已經失去正道，才強調品德；當失去了品德，才強調仁慈；當失去了仁慈，才強調義理；當失去了義理，才強調禮教。當世人強調禮教時，人心的忠實誠信已經非常薄弱了。當禮教無法維持社會秩序時，恐怕人間的亂象就要開始了。」由此可見，禮教在日常生活中的重要性，難怪孔夫子一直倡導禮樂治國，禮可以降伏人心，樂可以陶冶人心，對於國家的治安，有著莫大的關係。

自古以來所有仙佛聖真的教化，無不以修心為主要，心不淨化則無以明心見性，未能見性如何有智慧靈活處理事情，讓自己過著逍遙自在的生活，如同孔夫子一生的示現，其最終成果止於「七十從心所欲而不踰矩」，如此灑脫的人生，才是修行的極致。平時生活中依從禮制行事，看似束縛，其實是圓融，當能從中體悟奧秘時，始知依理行事，才不至於造下輪迴的惡業。禮制猶如戒律是在幫助我們回歸本

位，修道士當知其理。古佛有《真心》一篇，可為我們修行的箴言：

和樂的園地，充滿著溫馨道氣，用真心來散播愛和歡喜，

渡原人心堅定不再迷離，體貼天用意，珍惜這良辰佳期，

用慈悲與喜捨，栽培自己的菩提。

漫漫的天地，有聖賢走過的足跡，有感動及鼓勵處處洋溢，

我要發菩提心了悟真理，也真的願意，拋棄那無明阻力，

讓我們共創造無憂無慮，清靜無極。

觀照不生不滅的佛性，心如如永不移，知足心無限感激，

人人都具足仁與義，知克己復禮，天堂非遙不可及。

咱只要以誠心化眾生，上蒼會護庇，生命也更有意義，

母愛溫暖我和你，初發心始終如一。

38 朝服立於階

【原文】鄉人飲酒，杖者出，斯出矣。鄉人儺，朝服而立於阼階。

孔子鄉人一起飲酒　老者離席自己則留
迎神賽會朝服迎賓　禮貌周到誠意仍有

孔夫子和鄉人一起喝酒，必須等待執杖的老人離席之後，才跟著離席。遇到鄉人舉辦驅逐瘟疫鬼的活動，一定穿著朝服，恭立在主位誠侍祖先，以表達敬意。或有解釋為孔夫子遇到鄉人有迎神賽會時，就會穿著朝服，站立在主人的階位上，以表達敬意。

所謂的「鄉人飲酒」，是指鄉所舉辦的飲酒禮，為古禮之一，包括四種情況：一、三年一次，鄉大夫舉薦賢能者於君王的歡送會；

二、賢大夫招待邀請國中的賢者；三、州長的習射飲酒；四、黨正的蠟祭飲酒。其禮儀都含有敬老尊賢的含意。所謂「杖者」，是指拿著拐杖的老者。所謂「儺」，讀挪，是古時送瘟疫的一種迎神賽會的儀式。所謂「阼階」，阼，讀做，是指東面的階石，古禮以此為主人站立的階位。《皇疏》說：「孔夫子聽到鄉人舉辦驅逐瘟疫鬼的活動，恐怕驚動祖廟，所以穿著朝服立於阼階，以誠侍祖先，表達孝心。」

孔夫子倡導禮儀，平時在鄉族的活動中，率先表達禮儀的敬意。所以每當長輩聚會的時候，非常尊老敬賢，對於禮教的實踐非常重視，他認為這是王道之治的基礎。為了要推展敦厚的鄉風，所以他都事事躬親率先實行，敬重長輩如同父母，敬神明如同敬天地，可說是我們後人學道的典範。

黎山老母在《明燈真經》談到「修身」時說：「所謂的『修身』，就是修養身心端正品德，藉此培養高尚的人格。勞苦習作以盡自己的職責，崇尚節約的品德，以培養廉潔的精神，是處理世事

的道理。勤於學問以增廣學識，戒除傲慢以端正品德，這是修身的道理。在家中首要重視道德，其次崇尚三綱五常，為人父要慈祥，為人子要孝順，為人弟要恭敬。夫妻要和睦相處，互相尊敬有如見到貴賓。長幼要有秩序，輩分要分清楚。一家要能和樂融融，人倫道德要能圓滿。所有的惡事不要做，一切的善是要奉行，家道必然昌盛，子孫必然興旺。平時應該要知道行善事積善德，才能夠為後世子孫建造福田。在對待外人要忠貞誠實沒有私心，處理世事要以至誠心勤勉行事。內心要存尊敬，外表要有禮貌。面臨財貨要以廉潔心，處理世事要以公正心；治理心性要以正直，反省自身要以真誠。待人接物之時，要懷有禮讓之心。遵守國家法令，不可逾越規矩，要知道廉恥，心量要寬闊。自己的一心一意必要期許有利他人，自己的 一舉一動務須要求不妨害世人。時時要存有惻隱之心，實行願力以度化世人；刻刻要懷抱慈悲的念頭，修持功果以增益己德。平時能勤勞節儉，品德自然高尚，不要讓物慾來困擾自己的心境，不要讓奢侈來污染自己

的行為。能守正氣品德自然厚重，不要讓酒色來擾亂自己的心志，不要讓名利來撼動自己的信心。對上可以光宗耀祖，讓祖德得以萬古流芳；對下傳承子孫使祖宗增光，子孫得受庇蔭。」

私心太重足以損壞品德，過多的貪念足以污染心靈。真正的修行，必須注力於修身養性，時時刻刻反省檢討自己，有錯即改有過即除，不可因循苟且藕斷絲連，以致無法讓心性做到徹底清靜。古賢有《修身修心修善》善文一篇，多看多學並加以體悟實踐，必有助於修行：

如果居於天地當中的每個人，都能將自身的利益與他人的利益，放在同一條平等線上，以平等的心來看待、對待，不自私，不自利，多為他人設想，並且奉行道德、真理，懂得修身、修心、修善，不造作惡業因果，天地當中的雨、晴、暖、寒、風，五種自然的現象，就會按照正常的常規運作。

39 再拜而送之

【原文】問人於他邦，再拜而送之。康子饋藥，拜而受之，曰：「丘未達，不敢嘗。」

託人問候啟程相送　禮貌周到令人敬崇
康子贈藥拜謝收下　不懂藥性夫子莫從

孔夫子拜託人問候在他地的友人，當要啟程的時候，一定懇切恭敬地向他送別。季康子送藥給孔夫子，夫子拜謝而收下，並說：「我孔丘不知道這藥物的性質，還不敢嚐用。」

此章是記述孔夫子與人交往的誠意，以及接受藥物餽贈的謹慎態度。「問人於他邦，再拜而送之」，顯現出古人拜託人行事的誠懇與禮節的周到，受託付的人答應人家之後，必守誠信盡力以赴使命必

達。然而委託的人，託人到他地行事，最重要的是要態度謹慎，並表達內心的思慕之情，所以在受託人面前，要再三拜託以表誠意。可見君子之所以立身行事，禮貌一定要周到，言語一定要誠懇實在，並流露於言表以及行動，要如同看到好久不見的好友一樣。

「康子饋藥，拜而受之，曰：『丘未達，不敢嘗。』」季康子就是季孫肥，「康」是他的謚號，是魯莊公的弟弟季友的後代，世稱「季氏」或「季孫氏」，與仲孫、叔孫同出於魯桓公，又稱為「三桓」，由於世世執掌國家政權，又稱為「三卿」或「三家」。季康子是季桓子的庶子，魯哀公時當正卿，在當時是極有權勢的大臣，與孔夫子在世的年代相近，他的父親曾經囑咐說：「如果你當魯國的相國，要召孔子來輔助。」魯哀公十一年（西元前484年），當時孔夫子已六十八歲，尚在衛國，季康子將他召回。從史料來看，季康子與孔夫子的交情應該不錯，從此處的記載，季康子平時很注意孔夫子的身體，所以贈藥給孔夫子，然而夫子不但注重身體的衛生，而且行事謹

慎，處事的禮儀周到，所以對季康子的贈藥表示感謝，並實際地告訴季康子，自己對於藥性不知道，所以不敢隨便亂吃藥。當面把事情說清楚，絕對不含糊苟且行事。

交友之道必須坦承，有事相託必須誠敬，不可以懷有理所當然的心態，毫不客氣要朋友照他的要求去做，一點也不考慮對方的立場，這是非常不妥當的行為。雖然朋友有互助之義，但也得要尊重對方，互相勸善，不可交惡，如此的友情才能保持長久。九天玄女在《啟智真經‧交友宜擇章》說：「古德說：『近朱者赤，近墨者黑。』所以接近善人，可以招來幸福；接近惡人，必定遭受災殃。與有正氣的人交往，所作所為都是合乎正道。其言行正直、誠實、重義、存仁，談道德說玄理。在修身養性上互相勉勵，有福同享有難同當，遇危難互相救助，自然德業日增，家道日盛，這就是益友。與行為放蕩的人相交往，經常出入的場所，不是酒家、茶室，就是賭場、菜館，或者花街柳巷等色情場所。不分日夜消耗自己的精神，說話不合乎禮義，行

為沒有廉恥，以奸詐之術互相欺騙，面臨危險互不救助，見了財利就忘了道義，從中獲取不當利益，以至於正當的事業不照顧，更是讓父母擔憂，這就是所謂的損友。」孔夫子在此也在示現交友處世之道。

人的一生看似很長，其實短暫，榮華富貴一生，很快就接近尾聲。有幸出生為人，當借著我的假體以修出自己真本性，這才是我們最可貴的抉擇，因而在日常的生活中，要謹慎去面對。古哲有《真我假我》一篇好文，可供參考：

肉體是水、火、風、土四大假合而成的，有生、老、病、死。此假我死後歸於黃土，不久即行腐爛。

而肉體中有一個真我存在，若無真我，那能言談動舉。

肉體在世，短者數年，長者也不過百年而已。

然真我不生不滅，萬古長存，六萬年來，出殼入竅，輪迴生死。

40 廄焚不問馬

【原文】廄焚。子退朝，曰：「傷人乎？」不問馬。

孔子家中馬房失火　退朝之後問人下落
不曾問馬死傷消息　人若有傷處理否妥

孔夫子家的馬房失火了，當他從朝廷回家，問說：「火災有傷到人嗎？」卻不問馬的情形。廄，讀就，就是馬房。

孔夫子乃是聖人，知道萬物皆有命，無論任何物種都要愛惜，是以能做到仁民愛物無所不至，是以此章所述的情況，歷來頗多探討之處，其中必有順理的說法。依據清朝有人考證，此馬廄為孔夫子自家所有，《正義》說：「孔夫子在魯國當大夫的官職，配有馬乘，所以鄭玄以退朝，乃是從朝廷回家，可見馬廄乃是屬於孔夫子家的。」

因此，孔夫子乘馬車去上朝，家中的馬廄已沒有馬，所以只問人員有沒有受傷，當然就不會問馬了。如果馬廄是屬於國家的，國廄有圉人（圉，讀語，負責養馬芻牧的官員）、皂人（養馬的下吏）、趣馬（管理王馬）、馭馬、僕夫、校人管理，當時孔夫子擔任司寇，只管傷人的部分，而不管馬的部分，所以就不需過問了，畢竟不在其位就不謀其政。還有人以為「曰：『傷人乎？』不問馬」，應該斷句為「曰：『傷人乎？』，不。問馬。」不為否之意。先問人是否受傷，知道沒人受傷，再問馬的情形。

孔夫子在《論語‧泰伯篇》說：「不在其位，不謀其政。」這是尊重行政倫理的表現，如果不在其位，卻在政策上多所謀畫，看似熱心的幫助與參與，有時卻產生掣肘與干擾，讓在其位的人無法專心執政。是以在平時的團體生活中，要知道分工合作的道理，是先要有規劃與溝通，才不會產生互相妨礙而不順暢的問題，弄得整體不安，導致政事混亂的現象。孔夫子在平時，正是此句話的實踐者，不干與他

人的事情，也是一種禮儀的表現。

古人說：「天有不測風雲，人有旦夕禍福。」災難之來必有其因，能夠就事論事，尋找災難的來源，然後應對合理，必然可以圓滿處理而沒有遺憾。九天玄女在《啟智真經・解脫災難章》說：「當上天佈滿不正之氣，那就是將施災於人了，應當要知道儘快改惡向善。當世人無故遭受災難時，就要知道已經得罪上天，更應該戒殺與放生，以培德來回轉天意。無奈的是，迷惑者不知醒悟，違背天理而任意胡為；愚昧者難以醒悟，喪盡道德良心而胡作非為。為了繼棧人間的榮華富貴，卻迷惑本來先天的靈性。執著於情慾，無時無刻不啟動心中的貪念；由於貪著世間的功名財物，卻損壞了固有的道德精神。興起爭名奪利之心，要等到何日才能停止慾望呢？一切的災難禍殃，都是來自於世俗造孽所招來；水火刀兵的災難，都是人心行惡所導致。災害劫難都是人心所製造，然而不知道解脫的方法，於是遭受無窮的痛苦，實在令人感到悲傷。」想要改善生活，必先改善心性；要

想改善心性，必須明理實修。

要想過著清閒安定的日子，必須大家心性純樸不造惡業，人人想要求得平安舒泰的生活，就應該要累積真善美的功德。全心全力以誠心實踐道德，才能夠感動神明，先自助才能獲得人助，最後才能獲得天助。古聖有《中庸七道》之文，修道士當可當作為生活的參究：

夢不能做得太深，深了，難以清醒。
話不能說得太滿，滿了，難以圓通。
調不能定得太高，高了，難以合聲。
事不能做得太絕，絕了，難以進退。
情不能陷得太深，深了，難以自拔。
利不能著得太重，重了，難以明智。
人不能做得太假，假了，難以交心。

41 必正席先嘗

【原文】君賜食，必正席先嘗之。君賜腥，必熟而薦之；君賜生，必畜之。

君王賜給孔子食物　祭祀祖先生肉煮熟
祭後擺桌正席嚐之　留下豢養君賜牲畜

魯國國君賜給孔夫子食物，必先擺正坐席，先品嚐一下。國君賜給生肉，必煮熟先祭祀祖先；國君賜給牲畜等生物，必留下來豢養，以等待祭祀的時候當祭禮。

古代的國君對於臣子有賜食的禮制，所賞賜的食物，不外是生食或熟食或者生物。孔夫子在接受這些賞賜時，都表示應有的禮節與德行，在與君王共餐賜食的時候，一定要正席而先品嚐，這是為「敬」

的表現。當君王賜腥食時，必先煮熟以奉獻祖先，這是為「孝」的表現。當君王賞賜生物時，就要畜養而不隨意殺生，必等待祭祀時作為祭品之用，這是為「仁」的表現。

周景王十二年，即魯昭公九年（西元前533年），當年孔夫子十九歲，取宋人亓（讀奇）官氏為妻，一年後生子。孔夫子當時是管理倉庫的委吏，深得魯君的賞識。魯君聞知消息派人送來一條大鯉魚，表示慶賀。孔夫子以國君親自賜物為莫大的榮幸，因此給自己的兒子取名為鯉，字伯魚，以表示不忘君恩，由此可見，孔夫子是一位知恩圖報的聖者，為後代留下美好的模範。

俗語說：「神仙本是凡人做，只怕凡人心不堅。」可見來到人間磨練，只為了找回我們的聖格，回歸本位而已。孔夫子盡一生之力，在平時生活中的待人處事，從中找回自己的聖人本性，因而成就了至聖之名。因此在世的日子，要盡力修身養性，以明心見性悟後起修，實際在心境淨化上修行，才得以回歸正道。古來已成就的聖賢仙

佛，在世時雖處不同的環境，但淨化心性是成就的共同原則。黎山老母在《明燈真經》教導我們說：「所謂的『養性』，是要培養先天的靈性，認明本來的真面目以外，面對塵境的干擾，要能放掉情緒的作弄。內心要能淨化，使能保存虛空而絕棄慾望，不可著於空相，不可著於色相，不可著於實境，不可著於虛境。能夠明白萬物本來皆空的道理，靈性自然清明，能夠淨化到一塵不染，本性自然可見。心能與道合，道與天理相合。知道心性就明白大道，徹悟天性就有靈感，有靈感才能通達玄妙，養護本性就能培養通達靈妙及玄奧的功能。」

接著又說：「平時生活有關的視聽言動，必須要求合乎禮節；對於喜怒哀樂的情緒，必須要求恰到好處。恭敬禮讓兄友弟恭，必須合乎正道；平時生活的飲食衣服，必須要求適宜。對未來不要妄思，對過去不要追憶。事事不要去計較長短，處處要經常心存涵養。身心沒有慾念，心靈自然安定，心中沒有貪婪，本性自然回歸純樸。看到別人做壞事，必須檢點自己的過失，才能免於失誤；遇到他人樂善好

施，應該勤加勉勵自己多行功，如此似乎會有所成就。過去心、現在心、未來心，這三心要了結。我相、人相、眾生相、壽者相，這四相要斷絕。眼、耳、鼻、舌、身、意，這六根要清靜。喜、怒、哀、樂、愛、惡、慾，這七情要斬除。能練就本性如同虛空，心境如同明月。如此練成本性法體，雖經歷億劫，此法身也不會損壞。修練本命的人，要鍛鍊精氣神，以回復自己的本命。精氣神這三寶，是世人生命的精華。」

身心健康，本性靈明，修道有成。然而這些成果的獲得，都是在平時生活中，時時刻刻反省改善而來，古德有《善調心情》一篇，不妨多參：

喜易忘形不擇言，須按制以惕慎；
怒易出口傷人心，須遏化以平息；
愛易癡迷陷慊恨，須知足以少慾；
惡易憎人於死地，須回思以愍恕。

42 加朝服拖紳

【原文】侍食於君，君祭，先飯。疾，君視之，東首，加朝服拖紳。君命召，不俟駕行矣。

祭祀祖先陪君吃飯　替君品嚐飯前先辨
君視疾病東首示敬　國君召見不敢怠慢

孔夫子陪伴國君吃飯，國君在吃飯前祭祀祖先時，要替國君先品嚐食物。孔夫子罹患重病，國君前來探視，夫子面對東邊，加蓋朝服於身上，並放上紳帶，以表示對國君的尊敬。當國君召見時，不等駕好車子，就立即前往。

「侍食於君，君祭，先飯」，古禮，君王所吃的食物，必須先由膳夫先品嚐，驗證食品無毒而安全之後，君王才吃，所以孔夫子陪侍

君王吃飯也要如此，這是維護君王飲食的安全，以表現對君王的忠誠與敬愛。

「疾，君視之，東首，加朝服拖紳」，是說孔夫子生病了，君王聞訊前來探視。「東首，加朝服拖紳」，是君王來探病，身為臣子的孔夫子應行的禮儀。所謂的「東首」，是自己的面要朝東。因古時病者通常居在北牖下休息養病，當君王前來探視時，則暫時遷居南牖下，頭向東方，君王臨榻前，剛好背北面南而居君王之位。此時君位乃坐北朝南，臣位乃背南向北。「加朝服拖紳」，「加」是蓋的意思，「拖」是引的意思，「紳」是朝服上下的大帶。孔夫子有病不能起床穿朝服晉見君王，但又不能穿便服相見，所以用朝服蓋在身上，並將大帶拖在朝服上，以表示對君王的禮敬。

「君命召，不俟駕行矣」，君王有命令孔夫子前往，不敢有所怠慢而拖延時間，因而沒有等到車子準備好，就立即快行前往，以表示對君命的敬重。如同《弟子規》所說：「父母呼，應勿緩。」君王如

同百姓的父母，所以君王呼也不能遲緩怠慢。

孔夫子在《論語‧鄉黨篇》盡述平時生活與君王的禮數，以為圓滿人倫之道而作為，並且在平時生活中，能盡禮數以完成人道，由於人道在一生的生活中完成，並示導我們以此進入天道的秘訣，就在平時常人難以注意之處，卻是成就聖賢的要訣。

黎山老母在《塵世苦海經》告訴我們：「國有忠臣，其國可治；家有賢妻，其家必興。家有賢妻良母自無內顧之憂，可使夫婿在外專心發展事業，助夫成家而振門楣，方不愧為賢內助也。撫養子女教育有方，齊家以勤儉為本，傳家以孝悌為先，養成父慈子孝，遠離一切惡習。父子之間，天性至親，五倫至重，血統相傳，自然之道。父母之愛子，幼而撫養，長則教訓，以期榮宗耀祖。子女之事親，老而奉養，病則侍候，以期啟後承先。不可教子而失慈嚴，切莫事親以虧孝道。」一如今的文明之世，大多提倡自由，不惜破壞社會秩序，可謂本末倒置，當知人倫道德的重要，致力復興，社會才得以平穩。

古賢《慎言行》之文，當座右銘以自我提醒：

知人不必言盡，留些口德；
責人不必苛盡，留些肚量；
才能不必傲盡，留些內涵；
鋒芒不必露盡，留些收斂；
有功不必邀盡，留些謙讓；
得理不必搶盡，留些寬容；
得寵不必恃盡，留些後路；
氣勢不必倚盡，留些厚道；
富貴不必享盡，留些福澤；
凡事不必做盡，留些餘德。

43 入廟每事問

【原文】入大廟，每事問。

進入太廟每事請教　仔細問清更加明瞭
孔子處事尊重專業　再加探究更為分曉

孔夫子進入太廟，每件事都請教有關的人員，以表示尊重。

此章在《論語・八佾篇》曾有記述：子入大廟，每事問。或曰：「孰謂鄹人之子知禮乎？入大廟，每事問。」子聞之曰：「是禮也。」今在《鄉黨篇》有記述：入大廟，每事問。有人說是重複，但足見其重要性，也表達孔夫子對於禮儀的重視。朱熹在《四書章句集注》中引用尹氏的解釋：「所謂的禮，就是要做到敬而已。雖然知道了，還要再問，表示對禮非常的謹慎，其對於禮儀的敬慎莫過於

此。」一般的人對於禮儀制度，只是知道其典章制度的文獻資料，或者知道其演禮的過程，但真正能懂得其精神而加以運用的，確實不多。孔夫子對於禮儀規範並非不懂，當時他以助祭的身分進入大廟，依然每看到一件事物都加以發問，是為了確保無疑，而且是對於現場執事人員的尊重，這正是對於「禮制」的敬重、謹慎與正確，顯現夫子知禮的精神。

「大廟」，亦稱太廟，指魯國的周公廟，是祭祀周公的地方，在中國有三處比較有名的周公廟，分別位於山東曲阜、河南洛陽和陝西岐山。洛陽周公廟建於隋末唐初，唐太宗和唐玄宗曾經重修，明嘉靖年間在舊址重建，萬曆四十七年重修。周公晚年歸隱卷阿，去世後曾建祠祭祀，當時稱卷阿。唐高祖為紀念周公，下詔在古卷阿建周公祠，即現在陝西岐山周公廟。曲阜周公廟，是魯國的祖廟。太廟本是天子的祖廟，魯國是周朝的諸侯國，按禮制不應該稱太廟，因為周公制禮作樂，輔佐成王，對於周王朝可說功高蓋世。周公死後，為褒獎

周公的功績，周成王特命魯國祭祀時用天子的禮樂，所以魯國的祖廟周公廟也稱太廟。

又有人說，孔夫子不是不知道魯國太廟中，所擺設的種種樂器與禮儀文章制度，但其中多屬僭越禮制，有不當陳設舉行於諸侯國之廟者。有如「雍之歌」不當奏於三家之堂，而三家還奏之以徹祭。有人明知其非禮而不敢明斥之。孔夫子以其應事的智慧，借著入太廟每事問，使用一種極為委婉而又極為諷刺與抗議的方法，以表達其態度。

對於任何一種學問，要能追根究柢，才得以找回根源的真相，孔夫子一生的求學，無不是從中找到人生的真諦，喚醒清淨的本性，回歸本源的大道。在此瑤池金母也在《普渡收圓定慧解脫真經》告訴我們說：「道者，反本之用也。萬物皆有本，由本而生枝，由枝而生葉，由葉而生花，由花而結果。人與萬物，不同質而同理也。本立則根生，根生枝葉茂；本枯則根朽，根朽枝葉零。是以修道固本，固本者何？人以孝弟為本，道以精神為本。孝弟立而人無愧，精神足而道

可修。修道無他，還全本來面目而已。精神從何處散出，還從何處收來。」

古佛有《真正的放下》一文，引導我們找回本來面目：

如果你心中真正有道，就由你心中的道，來撥轉你的逆境、你的氣數，那你才是幸運之人。人的氣數，不能光看眼前，而是看你的心如何去掌握！當你失意時，遇到困難時，要扛得起，也要放得下，是盡人事而聽天命的放得下。

因眾生皆俱佛性，所以不可以輕易的藐視你自己的佛性，更要以佛心去看眾生，不能有對待心，如此遇到困難時，才能真正的放下。

44 朋友死無歸

【原文】朋友死，無所歸，曰：「於我殯。」

朋友過世沒人殮葬　這種情形令人哀傷
沒有親人前來處理　夫子主動前來幫忙

孔夫子的朋友過世了，沒有人替他殮葬，就說：「我來幫他殮葬。」

依據《禮記・檀弓篇》載：「賓客至，無所館，夫子曰：『生於我乎館，死於我乎殯。』」說明當時孔夫子的待友之道，賓客或朋友從外地來，如果沒有地方住，夫子就接他到家中住；如果不幸死了，夫子就幫他辦理喪事。自古以來我國都很重視喪葬之事，曾夫子曾經在《論語・學而篇》說：「慎終追遠，民德歸厚矣。」對於喪葬的慎

重，從中可以推展善良風俗培養美好品德，在治理國家安定社會起了相當重要的作用。

這裡所說的「朋友」，應該包括一般的朋友，以及門下的弟子，到孔夫子的家中居住，大多數是隻身從異鄉來遊歷或是求學，一旦發生不幸死亡，距離家鄉的路途遙遠，一時找不到親人來辦理喪事，依據古代的禮制，庶人死後三天要舉行殯禮，以安置大體，三個月後才安葬。由於人剛死時，死者的親人尚在遠方，一時之間不能趕到，此時孔夫子念在友情或師生之情，發揮人道精神，代為辦理停喪之事宜。如果死者沒有親人前來處理殯葬，夫子甚至代為選擇墓地安葬。

人生在世，不能離群而獨居，身邊必須交些朋友，在平時可以互相探究道理互相協助。九天玄女在《啟智真經・交友宜擇章》說：「和有益的朋友相交往，可以輔助我的仁慈；與賢能的人來往，可以增廣我的見識。有善事要互相勸進，有過錯要互相規勸，從中經常可以得到互相切磋的利益。而且益友的品德高尚，有如芝蘭的可貴，與

其氣味能夠相投和，時時可以收取輔助仁德的功能。而且他的心態有如松柏一樣堅強貞固，這就是以道德交往，可以入君子的行列。同聲可以相應，是道德觀念相同的象徵；同氣能夠相求，是道義能夠相合的關係。無論輕重緩急，都能夠互相扶持，不因為小事而變心，有如管仲與鮑叔牙，永結同心的好榜樣。無論生死，都能夠互相照顧眷念，有志之士能為知己而犧牲生命，有如羊角哀與左伯桃的生死之交，這是信義的交往，可入豪傑的行列。以義氣相交往，其感情有如手足一樣，凡是遇到患難，應該各自想辦法互相幫助。幫助他人行善，成就他人的美德，周濟他人燃眉的急事，應當要盡全力幫助朋友，但要量力而為，而且不可期待回報。世人能夠做到如此的地步，自可獲得無窮的福報。」

世人能在人間多行善事，幫助朋友，自可獲得善報。如果能救人之性命於永世，那德量自非尋常。佈施以財物福德雖大，但遠遠比不上引渡他人的靈性，是以佛陀在《金剛經・福智無比分第二十四》

說：「須菩提！如果有人拿相當於三千大千世界所有須彌山堆滿了七寶去佈施，還不如有人以此部《金剛般若波羅蜜經》與人結緣，乃至於以經中的四句偈，信受奉行誠心讀誦，並為他人解說。前者所得的福德，還比不上後者所得福德的百分之一、百千萬億分之一，甚至於用所有的算數來比喻，都無法比得上。」

同樣的人生，為何一生的成就不同，古佛有《佈施積德按功定果》之文參究：

身可積德，口可積德，眼神可以積德，你的笑容也在積德。所以這個德無所不在，道也無所不在。行道就在微禮細節中，真功德乃是要以無私之心去行。修道要從人道中做起，如果家裡所有的事都不做，只是一直往佛堂跑，這樣就失去根本，就不對了。如果你把家裡整理得很好，影響你的家庭，其實你也是功德無量，因為你們家每一個人都是佛。

45 非祭肉不拜

【原文】朋友之饋，雖車馬，非祭肉，不拜。

若非祭肉恕不拜謝　夫子覺得於理不配
朋友餽贈馬車之類　雖然貴重常理違背

孔夫子的朋友饋贈東西，雖然有如馬車的貴重，如果不是祭肉，就不用大禮拜謝。

此章的重點，孔夫子在示現朋友之間的饋贈，不在於東西的貴重與否，而是在於其精神的內涵。對於朋友所贈送的車馬，以世俗的觀念來說，比較貴重，但對於提倡禮數的孔夫子來說，是看其義理而非在利益。就經濟利益來說，車馬比祭肉來得貴重，但就禮數的意義來說，祭肉比車馬還重要。所以說：「朋友之饋，雖車馬，非祭肉，不

拜。」雖然餽贈都是東西，表達敬意在於禮數。禮儀重要在於誠心的表達，非關於物品的貴賤多寡，孔夫子深知其中的真諦，所以不拜車馬的豪饋，而禮拜祭肉的饋贈。當時人已經不能了解禮儀的涵義，迷戀於物慾，漠視禮制的存在，親於生者而疏於死者，孔夫子為了倡導禮儀，使能在人間潛移默化，所以親自躬行以推行教化。

近朱者赤，近墨者黑，因而與朋友交往，當要選擇益友，遠離損友，如此社會才會漸漸淨化，才能夠和諧。孔夫子曾在《論語‧季氏篇》說：「有益的朋友有三種，有損的朋友有三種。正直的朋友、信實的朋友、博學的朋友，是屬於有益的朋友。善於迎合的朋友、善於柔媚的朋友、善於巧言令色的朋友，屬於有損的朋友。」當然是損是益，都要由自己用心去觀察判斷，才不會只在紙上談兵，在實際應用時就敗陣下來。當見到賢者就要親近向他多學習，以為修身養性之模範；如果見到不賢能者，甚至於行惡者，當要保持距離以策安全，而且還要自引為戒，如此才是有智慧的作為。

我們在人間為人，當要善用此一時間，好好把握學習，交好友讀好書修好道，以喚醒自己的本性。九天玄女在《啟智真經•交友宜擇章》告訴我們：「世人生存在人間，是不能夠離開人群而獨自生活。在日常生活中，除了自助還要人助。朋友雖然很容易交往，但要選擇善良的朋友交往，實在非常困難。所以在開始交往時，就必須要謹慎選擇，以免後還衍生悔恨的事情。與有仁德的君子互相親近來往，必然可獲得本身及家庭的利益。與賭博淫賤的朋友相處，到最後必然會遭受到悲哀的下場。和善良的人交往，有如蘭花的薰香，一家栽種，兩家可聞得芬芳的香味。與壞人交往，有如抱著孩子爬牆，一人跌倒，會使兩個人遭殃。」

與本性為友，與大道為友，遠離習性與煩惱憂愁痛苦，才是保護自己身心靈最好的方法，才不會讓自己繼續落入更不好的環境去輪迴。修道在平時生活中，在面對人事物時，要懂得時時觀照自己，莫要驕傲與嫉妒，不能得意忘形。所以平時要好好反省自己的言行舉

止，有錯即改，讓自己的本性永保清靜無為。古賢有《修道進步法則》之文一篇，內容非常的實用，可供我們平時生活參究：

一、培養耐心　學習忍辱
二、培養清靜　學習寡慾
三、培養善緣　學習慈愛
四、培養道氣　學習規矩
五、培養尊重　學習謙卑
六、培養能量　學習吃苦
七、培養德行　學習柔和
八、培養妙智　學習圓滿

46 表情不嚴肅

孔子從不睡覺仰天　平時居家表情不嚴
態度溫和與人親近　生活細節依正不偏

【原文】寢不尸，居不容。

孔夫子睡覺時不仰天，平時在家的神情輕鬆而不嚴肅。

所謂「寢不尸」，是說在床上睡覺身體的姿態，不要臉面朝上，四肢張開，好像死人一樣。孔夫子在《論語・述而篇》主張「曲肱而枕之」，也就是側臥式的睡覺，以現在的養生觀念，就是朝右方側睡，是比較健康的睡覺方法。孔夫子的為人，時時處處關心著他人，所以睡覺時不會睡得像死人一樣，叫都叫不醒，這是一種克己復禮的謹慎行為，在別人需要他幫助的時候，雖然在睡覺，一喊便醒過來，

這是表示對人的敬重，同時也是自我的約束與儆醒。藕益大師的解釋：「吉祥而臥，故不尸。」吉祥臥就是右側臥，在寺廟中的臥佛都是右側臥，右手擺在上面，身體稍微蜷縮，對身心健康都有好處。

所謂「居不容」，孔安國把「容」字當成「客」，就是在居家的時候，不要把自己當成客人那麼拘束而不自在，與家人相處過於客氣，反而變得陌生而難以長久。皇侃解釋，在居家時的容貌要輕鬆自在，不要像在外面的場合，擺出一副嚴肅的表情。依據《論語・述而篇》記載：孔夫子平時在家中閒居的時候，態度經常是怡然自得，表現出和樂的樣子。家庭是提供我們休息的地方，所以就不要如同在外待人處事，繃著精神應事，那就失去休息養神的意義了。有好的睡眠品質，身體自然健康，有好的生活習慣，心靈自然清靜，要讓自己的人生經營得美好，當然要用心去努力。

古人的教育要求小孩子，站有站相，坐有坐相，吃有吃相，穿要有穿相，當然睡也要有睡相，一切言行舉止都要端正，行住坐臥都

要有規矩，絕對不可隨便，才能在從小的家教中，樹立端正的人格，做好自己的品德。所以《弟子規》載：「朝起早，夜眠遲，老易至，惜此時。晨必盥，兼漱口，便溺回，輒淨手。冠必正，紐必結，襪與履，俱緊切。置冠服，有定位，勿亂頓，致污穢。衣貴潔，不貴華，上循分，下稱家。對飲食，勿揀擇，食適可，勿過則。年方少，勿飲酒，飲酒醉，最為醜。步從容，立端正，揖深圓，拜恭敬。勿踐閾，勿跛倚，勿箕踞，勿搖髀。緩揭簾，勿有聲，寬轉彎，勿觸稜。執虛器，如執盈，入虛室，如有人。事勿忙，忙多錯，勿畏難，勿輕略。鬥鬧場，絕勿近，邪僻事，絕勿問。將入門，問孰存，將上堂，聲必揚。人問誰，對以名，吾與我，不分明。用人物，須明求，倘不問，即為偷。借人物，及時還，後有急，借不難。」這些事情在日常生活中，必須要謹慎去面對。

古賢說：「一室之不治，何以天下國家為？」自己所生活的空間都治理不好，怎能去治理國家天下的大事呢？因而平時的生活態度，

就在磨練待人處事的基礎。該嚴謹則嚴謹，該輕鬆則輕鬆，懂得調適自己以面對大眾，能夠靈活應用才能使事事圓融。

每個人的人生都是自己去經營的，無論結果好與壞，理當由自己負責。因而平時要多觀照反省自己，檢視自己有不適當之處，當要隨即改善才是。古佛傳有《要求自己每天做好五件事》好文一篇，值得我們用來天天參考與比照，若有不足，隨時增補：

每天給別人祝福的話一句
每天傳遞正能量善事一件
每天給家人們多關心一點
每天在工作上多盡力一份
每天給自己鼓勵的話一句

47 雖褻必以貌

【原文】見齊衰者，雖狎必變。見冕者與瞽者，雖褻必以貌。凶服者式之，式負版者。

見喪服者態度嚴肅　見官瞽者不敢疏忽
乘車遇喪俯軾致哀　遇到重臣致敬身伏

孔夫子看到身邊穿喪服的人，雖然是親近的熟人，必以嚴肅的表情致哀。看到穿官服的人，以及盲眼的人，雖然是親近的熟人，必整肅儀容相待。乘車遇到穿喪服的人，必定俯憑車上的橫木以致哀；遇到背負國家圖籍的文人，必俯憑車上橫木以表致敬。

「齊衰」，讀資催，也稱「齊縗」，古時的喪服分為斬衰、齊衰、大功、小功、緦麻等五種，以與亡者的親疏關係而有等差。

「斬衰」，是指不縫緝的意思。凡諸侯為天子、臣為君、男子及未嫁女為父母、媳婦對公婆、承重孫對祖父母、妻對夫，都要穿斬衰，是最重的孝服，服孝三年。

「齊衰」，是用本色粗生麻布製成。自此制以下的孝衣，凡剪斷處都可以收邊，下擺貼邊都再紮邊際。孫子、孫女為其祖父母穿孝服；重子、重女為其曾祖父母穿孝服；為高祖父母穿孝服，均遵齊衰的禮制，服孝三年。

「大功」，是用熟麻布製作的，質料比齊衰用料稍細。為伯叔父母、為堂兄弟、未嫁的堂姊妹、已嫁的姑、姊妹，以及已嫁女為母親、伯叔父、兄弟服喪，都要穿這種大功喪服，服期九個月。

「小功」，是輕於大功的喪服，適用較細的熟麻布製作的。這種喪服是從祖父母、堂伯叔父母、未嫁祖姑、堂姑、已嫁堂姐妹、兄弟之妻、從堂兄弟、未嫁從堂姐妹，以及為外祖父母、母舅、母姨等服喪而穿的，服期五個月。

「緦麻」，是用稍細的熟布做成的，現在大多用漂白的布做成，稱為「漂孝」。凡為曾祖父母、族伯父母、族兄弟姊妹、未嫁族姊妹，和外姓中為表兄弟、岳父母穿孝服，都服此喪服，服期三個月。

此處的「齊衰者」，應該包括「斬衰者」等穿重孝服者在內，就是為親近親屬服三年重孝喪服者。「狎」，讀霞，是親近的意思。「變」，變更原來的態度與形色，變得莊嚴肅穆，表示對服喪者的敬重。「冕」，是古時官位在大夫以上所帶的禮帽，「冕者」，是指為政當官的人。「瞽者」，指盲眼人，或者是樂官，因樂官多為盲人，所以瞽者也是樂官的代稱。「褻」，讀謝，親近的意思。「凶服」，是指喪服。「式」，通軾，古代車輛前面的橫木，這裡當動詞用，即以手扶軾，身子向前微俯，以表示對人尊敬的禮節。「版」，是指書寫在木板上的名冊、戶籍。這是孔夫子在平時遇到齊衰者、穿官服者、盲者，以及自己乘坐車上，遇到穿喪服者或負版者，對他們表達禮敬的方式，不論對方是否與自己關係親近或疏遠，從來不隨便應付

了事。

從孔夫子平時守禮節的態度來看，都能注意到三千威儀八萬細行，也因此能在生活的歷練中，從十五志於學、三十而立、四十而不惑、五十而知天命、六十而耳順、七十而從心所欲不踰矩，而達於聖境。這是我們有志於修道者的模範，應該多加學習，不但多看聖典，以深入探討其真諦，還要能付諸實踐，以為成就自己德業的基礎，更能事事為他人之表率。古德有《勤學達聖域》一文，可為我們修道參考：

本立道生順天行，謙沖自牧練內功；
飲水思源敬賢者，兄友弟恭氣和平；
同心同德會聖宮，心手相連路達通；
超群絕倫入聖域，群策群力萬事成。

48 必變色而作

【原文】有盛饌，必變色而作。迅雷風烈，必變。

聖者孔子參加盛宴　與人致敬態度莊嚴
遇到風雷必然謹慎　儀容端正禱告上天

孔夫子參加盛宴，必然以端莊嚴肅的態度，起立向在場者致敬。遇到疾雷猛風的天氣，必定端正儀容以禱告上天。

「有盛饌，必變色而作」，饌，讀賺，指酒食蔬餚的總稱，盛饌，是擺滿酒食蔬餚的重大宴會。變色，是指由衷誠心感激，表達於言行舉止的容顏態度，與原來的神色有所變化，比原來嚴謹莊嚴肅穆以表敬重。這是孔夫子參加重大的盛宴，所表現出來的情態，是出自內心感恩的至誠，並非裝模作樣應付場面了事。

「迅雷風烈，必變」，迅雷風烈，是指異常的天氣，看似大自然的現象，然而明理人當知道大自然的現象，是有其因果關係的，風調雨順必能營造國泰民安，迅雷風烈必然造成驚恐而混亂。其中的因果關係當要明白並且謹慎處理，聖如孔夫子，當然知道其中的原因，馬上察覺到而且以莊嚴的心境，肅穆的態度面對，一改原來的情態。

人生在世受人一飯一茶之恩，當要感恩圖報，何況大恩大德，然而報恩必須要誠心，才是正人君子的行為，才不會因不明理而恩將仇報，造成惡性循環的原因。當知天地間充滿了真理大道，諸多的神明在暗中監視著，遲早都會有所報應，是以《太上感應篇》說：「夫心起於善，善雖未為而吉神已隨之；或心起於惡，惡雖未為而凶神已隨之。其有曾行惡事，後自改悔，諸惡莫作眾善奉行，久久必獲吉慶，所謂轉禍為福也。故吉人語善、視善、行善，一日有三善，三年天必降之福。凶人語惡、視惡、行惡，一日有三惡，三年天必降之禍，胡不勉而行之。」是以隨時在生活中要檢點，靈活應用，以為適度的改

變心念與態度，對於待人處事以及有形無形，都有相當的好處。

古之聖王看到風雲變色，必然知道天意的警示，通常要齋戒沐浴以祈求上天，並檢討自己改善不當的行為，並多做佈施以挽回天意。黎山老母在《明燈真經》分析說：「善惡兩途報應分明，為善者雖逢凶而化吉，為惡者雖迎祥而轉禍。世風日下，民智日高，不論富貧不信報應，或犯天理或虧人道。勸其行善立功則曰不必，勉其方便佈施則曰何用。一旦禍患臨身反悔莫及，或遇水災田園土地俱沒，或逢火災宅舍財產皆空，此豈非惡貫滿盈之報乎？人有非為之心，天無不報之理。古時報應較遲，今時報應較速。人心愈來愈惡，天理益報益彰。莫以文明以妄作，當以厚道而自重。（中略）天有不測風雲，人有旦夕禍福。天之風雲來之難料，人之禍福由人自招。天佈不正之氣施疫於人，當知改過而從善；人受無妄之災獲罪於天，更須戒殺以愛物。天地至公，長養萬物；日月無私，普照眾生。天道至正無親疏之別，人心明暗有善惡之分。稽查功過半點無差，所以人之一舉一動天

地皆知，是故心之一思一想神明盡識。人間所犯罪惡如山，多是奸盜邪淫，並及忤逆劫殺。」

當平時生活中出現異常現象時，當仔細去探究前因後果，知道其原因之後及時改善，絕對不可以有苟且偷安的心態，或者拖拖拉拉，甚至不以為意，等到事情發生後悔莫及。先哲有《真理》之文一篇，我們可以時時刻刻拿來提醒自己，似乎對修行有莫大的幫助：

不明真理怎修持，魔風一吹便動移；
修道並非朝夕事，路途荊棘怎維持；
若明真理荊棘破，縱有魔考智不迷；
究竟真理為何物？五常妙義細參知。

49 車中不內顧

【原文】升車，必正立，執綏。車中不內顧，不疾言，不親指。

孔子上車正身端立　手拉繩索顯然用力
車中弗顧手不指點　若有言語緩言不疾

孔夫子登上車子，必定正身端立，以手拉住車上的繩索。在車上不環顧車內，不大聲說話，不以手指指點點。

「升車，必正立，執綏」，此句述說孔夫子乘車的態度。古代用來載人的車輛，稱為「乘」，讀勝。車廂的前方與左右兩方都有木板圍住，後方留缺口，以便上、下車之用。在上下車的地方，有一條類似扶手的繩索，以供攀緣登車之用，也可以用來牽引以便下車，或緊

繫於車內，以便乘車人在顛簸的路上能抓穩而不致跌倒，這繩索就稱為「綏」，通常是由駕車的僕夫遞給上、下車的人。「升車」，是從地面登上車子。孔夫子登車時，一定要執綏，站在車內也緊抓繩索站立，一方面是防備馬車突然奔馳，以致車廂晃動不穩定而摔倒；一方面是為了保持端莊肅穆、謹慎的禮儀。可見在登車的每一個細節，平常人容易疏忽，然而孔夫子行事謹慎，一點也不苟且，隨時隨地都能保持從容中道的態度。夫子的為人處事態度，可以從這些生活的細節中看出來，而我們在學習聖人的精神，正是在平常人不去注意到的地方去探究。

「車中不內顧，不疾言，不親指」，升車必正立，車內不回頭環視，不大聲說話，不在車內用手隨便指指點點，這些都是乘車的禮貌，能做到才不會造成他人的困擾與不舒服，影響到他人的心情。正立，是為人應保持的儀態，以免失去禮儀；不內視，是為人應有的禮貌，以免造成他人的尷尬；不疾言，是眾多人相處的常規，以免於行

車時增加吵雜聲，而且話語也不清楚；不親指，是為人不干擾他人應守的規矩，以免造成無禮的舉動。如此乘車應遵守的規矩，在當時已經有人不遵守了，孔夫子以親身實踐來行不言之教化，是值得我們學習的方法。

雖然有許多生活上難為我們知道的小細節，其實都是與禮儀有相當密切的關係，我國五千餘年的文化，其文獻資料中載明了許多的寶貴遺產，都是讓我們的生活能更為圓滿的東西，只要我們能從中去探究理解，並加以實踐，必然可以得到豐富的收穫。黎山老母在《明燈真經》中開示：「我國建邦五千餘年，治國治人克敦聖賢之學，天人性命依據三教之玄。以儒學為正宗，以大道為妙旨，仁義禮智為依歸，忠孝廉節為體用，豈可將科學精神金錢奉為至寶，切莫將神明因果視為虛無。科學愈昌明則人心愈惡，道德愈日靡則世道愈壞，傷天害理妄為至極矣。榮枯得失，循環報應無差；富貧壽夭，生死輪迴有定。社會發達道德衰，善人受虧惡人逞強，不顧門風名節，不怕陰陽

處罰。為仕者不知安份守己，為農者不曉勤勞深耕，為工者不求技術精巧，為商者不守斗秤公平。只以有利是圖，不以道德為重。違背天理，喪盡人道。雖世人可欺而天道難容，一舉一動，聖鑒分明，善者佑之，惡者懲之。」

人的好壞習慣都是在平時生活中，不知不覺就養成了，因而欲藉修道成聖賢者，當要時時反省自己，刻刻清除妄念，讓自己的心性時常保持淨空，不要讓塵世所污染。前賢有一篇《修道真諦》，可用來當修道的指引：

不爭就是慈悲，不辯就是智慧；
不聞就是清淨，不看就是自在；
不貪就是佈施，斷惡就是行善；
改過就是懺悔，謙卑就是禮佛；
守禮就是持戒，原諒就是解脫；
知足就是放下，利人就是利己。

50 飛翔而後集

【原文】色斯舉矣，翔而後集，曰：「山梁雌雉，時哉！時哉！」子路共之，三嗅而作。

群雉飛翔吉地聚集　孔子解說雌雉知機
聚集溪澗石橋樑上　子路拱手雉鳥飛起

有一群棲息的雉鳥，看到人有不和善的表情，就會受驚嚇而飛起來，等飛到安全的地方，再降下來聚集。孔夫子說：「在山中溪澗石橋樑上的雌雉鳥，真能知道時機啊！真能知道時機啊！」子路也拱手向雉鳥致敬，此時雉鳥見狀，叫了三聲表示辭謝就飛走了。

這一章是孔夫子見境生情，以表達他瀟灑處世的豁達態度，誠如孟夫子在《公孫丑上篇》所說：「可以當官就當官，可以退居就退

居；可以長期當官，也可以快速辭官，這就是孔夫子的處世態度。」孟夫子又在《萬章下篇》說：「伯夷在聖人中屬於清高的，伊尹在聖人中屬於負責任的，柳下惠在聖人中屬於隨和的，孔夫子在聖人中屬於識時務的，孔夫子可說是集聖人之大成。」當時孔夫子當魯國的大司寇，在短短三個月把魯國治理得非常上軌道，齊國為了弱化魯國，於是送女樂給魯君，魯君沉迷於酒色，三日不上朝，孔夫子毫不眷念就辭官周遊列國去了。

當孔夫子在山谷中行走時，有一群棲息的野雞，看到陌生人不和善走來，就振翅而飛了，等到安全的地方再停下來休息，於是孔夫子感嘆的說：「在山中溪澗石橋樑上的雌雉鳥，真能知道時機啊！真能知道時機啊！」以此來表達自己的處境以及面對的態度。他感覺到魯國的政治受到一些奸臣蠱惑君王，於是就帶著學生周遊列國，尋找合適的地方發揚他以禮樂治國的政治理念。子路隨即對這些鳥表示敬重之意而拱手作揖，這群鳥鳴叫三聲後又飛走了。猶如孔夫子周遊列

國，雖然所到之處都非常敬重他，然而未能實踐他的願望，於是又到其他的國家去了，不為五斗米折腰的精神，可說表露無遺。

我們都是由於某些因緣來到人間，有如到人間旅遊，到底我們是用什麼觀念來經營自己的人生，這會給自己將來命運畫下藍圖，也可以說自己是未來命運的創造者，因而正確的人生生活，將給自己未來一個美好的環境，最好的環境，就是清靜無為的至善地。古來聖賢仙佛無不在心性淨化下功夫，瑤池金母在《普度收圓定慧解脫真經》告訴我們：「大自然是從無極開始的，經過太極的過程，變化成陰陽日月兩儀，產生了虛精、六淳、曲生三台，來掌理著大自然的一切。目前的萬物都是從陰陽日月相互運轉所產生，世人也是從父精母血陰陽結合成胚胎，然後再出生為男嬰或女嬰，這一切都是從無極中所產生的。只因為因緣成熟，靜極生動，剎那間來到人間，墜入五濁世界，從而貪婪酒色財氣，從此落入輪迴而難以出離。由於墜入情波慾海而生災禍，造成凶殺而血水到處流淌，處處可見屍骨，讓人感到悲

哀。」

明理人當知修道以返本。南極仙翁深恐世人不能脫離塵世之苦，留下《名利是枷鎖，煩惱是心鎖》之文，讓修士當參考：

世間的名利是枷鎖，寶寶的煩惱是心鎖。你們手中都有一把鑰匙，開啟快樂的泉源，不要把這因緣看輕了，因為千金難買好佛緣，千金也難買好人生，所以要把握當下。老朽來此時間有限，再看看寶寶們，提醒你們要做一個感恩的人。從孝順父母，感恩前賢，感恩引保師做起，學會做一個付出的人，就像佛桌上佛燈的燭光一樣，燃燒自己，照亮別人。現在心燈已經燃了，就不要讓它熄掉，要回來佛堂加油，好否？學道的心，要低心、要下氣。氣不可以高，氣若高，損失的是自己。希望寶寶們明理了之後，能夠道化生命、道化家庭，讓家庭更加和諧，也因為修道而讓命運轉變，命運要好之前，心要先變好。